Jaro XII. Decembro 1929 Nr. 4

Oficiala Organo de la internacia VEGETARA LIGO ESPERANTISTA (V. L. E.)

VEGETARANO

Oficiala Organo de la INTERNACIA VEGETARA UNIO (I. V. U.)

Adreso: Oscar Bünemann, Hamburgo 24, Papenhuderstr. 32, II, Germanujo.

Landaj sekretarioj kaj abonprezo en nacia mono:

Argentino (Pes. pap. 2.—): S-ro Graciano García, Rioja 812, Buenos Aires.

Belgujo (B 4.—): S-no Yvonne Colijn, Jan Borlé-str. 8, rue Jean Borlé, Bruxelles-Auderghem.

Bulgarujo (Levoj 50.—): S-ro Petr Mitkov, Bulevard Evlogi Georgiev 49, Sofio.

Ĉeĥoslovakujo (kĉ. 25.—): S-ro Emil Mai, Mühlfeldgasse 11, Gablonz a. N.

Danujo (dkr. 3.—): F-no Margrethe Noll, Fredericiagade 6, II., Kopenhago-K.

Estonujo (Ekr. 3.—) F-no Helmi Dresen, postkast 6, Talino.

Francujo (ffr. 20.—): F-no Cécile Royer, 14 Rue des Carmes, Parizo V, poŝtkonto Parizo 25 777.

Germanujo (Rm. 3.—): La redaktanto, poŝtkonto Hamburgo 31 883.

Grandbritujo (ŝ. 3/—): S-no Margaret Blaise, „Bonveno", Manor Way, Headstone Lane, Harrow apud Londono.

Hungarujo (P. 4.—): S-ro Bihari Mór, ĉe Szerderit, Telep-u. 14, Budapeŝto VII.

Latvujo (Latoj 4.—): S-ro Edgaro Grots, Elizabetes iela 9, dz. 33, Rigo.

Litovujo (Lid. 8.—): S-ro Vladas Butkus, Prezidento gatvé 2, II-ji gimnazija, Kaŭno.

Nederlando (fl. 2.—): S-no Catharina J. Roskes-Dirksen, Anemoonstraat 96, Hago.

Polujo (zl. 8.—): S-ro Chajm Kusnir, Ul. Orwida 5, Wolomin powiat Radzyminski.

Sovjetunio (R. 1.50): U. U. Zajcev, B. Zelenovskaja 23, Podolsk, Moskovskoj Gubjernii.

Svedujo (skr. 3.—): S-ro Erik Brenander, Fyrunga.

Svisujo (sfr. 3.—): S-ro Paul Enz, Nuxowerk, Rapperswil, (St. Gallen).

Usono (dol. 1.—): S-ro Karl Fröding, 604, Seventh Street, Rockford, Illinois.

El la landoj necititaj oni sendu rekte al la redaktanto la egalvaloron de 4 svisaj frankoj. La kuponoj de UEA estas akceptataj kaj estu uzataj prefere ol nacia mono. Ne pagu per poŝtmandatoj; ĉar ili kaŭzas kurzan perdon. Anoncoj pri vegetaraj manĝejoj kostas la egalvaloron de dek svisaj frankoj.

La VEGETARA LIGO ESPERANTISTA (V. L. E.) estis fondata en la jaro 1908-a, dum la Dresdena Universala Kongreso de Esperanto. Ĝia organo, la „Vegetarano" estis fondata en la jaro 1914-a. La kotizo por VLE kaj la abonpago por la „Vegetarano" estas identaj.

La celo de VLE estas, disvastigi Esperanton inter la Vegetaranoj kaj Vegetarismon inter la Esperantistoj. Krome, danke al nia internacia helpa lingvo, ĝi volas helpi kaj antaŭenpuŝi la internacian vegetaran movadon kaj la solidarecon inter vegetaranoj de ĉiuj landoj pli efike, ol tion povus fari naciaj organizoj aŭ revuoj.

Fine, nia ligo volas kunigi aron da homoj, kiuj interkonsente komplotas kontraŭ ĉio malbona kaj kiuj subtenas interne je la Esperanta movado la etikan nivelon de nia komuna volo.

La ĝenerala sekretario kaj kasisto de VLE estas nune Oscar Bünemann, Hamburgo 24, Papenhuderstr. 32, II., Germanujo. Landaj sekretarioj prizorgas informojn, enkasigas kotizojn, propagandas kaj tradukas, se oportune, artikolojn el nia organo por naciaj parencelaj eldonaĵoj.

Novjara saluto.

La arboj staras sen folioj;
ne estas floro sur kamparo.
Kaj tamen scias ni, ke ĉio
refloros en la nova jaro.

Eterna estas viva forto.
Dormante, ĉio refortiĝas.
Kaj post la ŝajna vintra morto
la vivo ĉie renaskiĝas.

Pli belaj ŝajnas ĉiujare
printempa verd', printempa lumo.
En niaj koroj pli grandare
deziroj celas al plenumo.

Malhelpoj, batoj aŭ laceco
jam ne estingos la esperon.
Komuna sent' de fideleco
antaŭen puŝos la aferon.

Vekiĝu, ĉiuj samcelantoj!
Admonas vin la jarkomenco.
Kolektu pli da batalantoj
kun bona vol' kaj pacienco.

O. B.

La Sepa Internacia Vegetara Kongreso.

Krom la raportoj, laŭ kiuj ni jam raportis en nia lasta numero, alvenis ankoraŭ de nia delegito informoj pri kelkaj detaloj sciindaj.

Lundon, la 8-an de julio, post la ĉefkunsido, oni vizitis la refreŝiĝejon (Erholungsheim) proksime je la urblimo. Ĉi tiu hejmo ne estas destinita por grave malsanaj personoj, sed por personoj, kiuj estas lacaj post longa laboro. La domo, konsistanta el teretaĝo kaj unu supra etaĝo, aspektas pura, blanka, bela kaj bonveniga. Sufiĉe da konvenaĵoj helpas al la bonfarto de la loĝantoj, diversaj banoj, sunbanejo ktp. La nutraĵo tie estas vegetara, laŭ modernaj principoj. La pejzaĝo ĉirkaŭ la ejo estas belega kaj interesa; tute apude estas belega arbaro.

Dum la festo la salono estis plenplena, kaj tamen oni ne spiris tiom malagrablan aeron, kiom ĝenerale en tiaj okazoj; ĉar neniu fumis kaj mankis odoro de alkoholaĵoj. Ĉiu partoprenanto havis antaŭ si botelon da pomsuko „Ceres" pogrande fabrikata de la firmo Schicht en Außig (Usti nad Labem). La nutraĵoj donitaj estis bonegaj. Dum la tuta kongreso regis en la hotela kuirejo vegetaraninoj el Warnsdorf. La alparoloj dum la bankedo tiel ofte sin sekvis, ke oni forgesis la belan pokalon donace ricevitan, la aŭskultadon al la muziko, la najbarajn samideanojn kaj eĉ la manĝajon. D-ro Pamporov plibeligis la bankedon per paroladeto, kiu enhavis la atentigon, ke kuraĝo estas bona helpilo en nia afero kaj ke la bulgaraj kunvegetaranoj sopiras al spirito, lumo kaj vero.

La vegetaranoj en Bulgarujo estas grandparte posteuloj de la Bogumiloj.

Nia kara lingvo Esperanto estis sufiĉe ofte parolata, private kaj publike. Oni esprimis la deziron, ke ĝis la venonta internacia vegetara kongreso ĉiuj lernu Esperanton, por ke oni ne perdu denove tiom da tempo pro la lingva malhelpo. (Laŭ Emil Mai.)

Pri Vegetara Kolonio.

De Todor G. Vylĉev,
Vegetara Restoracio „Jasna Poljana", Burgas, Bulgarujo.

Oni ofte skribas pri ĉi tiu demando. Ĉi tie mi volas esprimi mian opinion.

Nia Vegetara Kolonio devas konsisti el personoj perfektaj aŭ kiuj deziras perfektiĝi, kiuj estas fidelaj al nia ideo, firme decidaj, laboremaj, realistoj, kiujn ne allogas la nuna falsa kulturo. Kiuj kondutas kontraŭ ĉiuj homoj kiel kontraŭ fratoj, tiuj vidas en kiu ajn virino sian fratinon.

Kiuj vestiĝas ne por ornami sian korpon, sed por kovri ĝin; kiuj estas konvinkitaj, ke la seksa interrilato ne estas por korpa plezuro, sed por la daŭrigo de la homa generacio; kiuj estas konvinkitaj, ke por akiri nian panpecon, ni devas labori mem, sed ne ekspluatadi aliajn homojn. Kiuj ĝojas, ĝuas, estas gajaj, ludas kaj moviĝas en la kadroj de la saĝeco, prudenteco, racieco.

Kiuj prizorgas la infanon ĝis ĝia plena, normala aĝo; kiuj prizorgas ankaŭ maljunulon per bona flegado ĝis lia natura morto; kiuj estas konvinkitaj, ke homoj de kiu ajn raso, klaso, religio, nacieco ktp. estas egalrajtaj membroj de unu granda rondo familia: de la patrino Tero.

Fine, kiuj penadas forigi la malbonon per bono, t. e. per metodo de la neperforto. Ne necese estas diri, ke kolonianoj devas esti efektivaj vegetaranoj-esperantistoj.

Do, tiajn personojn ni serĉu el la du seksoj (virinoj kaj viroj), kaj poste la lokon, por efektivigi nian vegetaran kolonion. Kaj per nia ekzemplo ni montru al la mondo la rektan vojon.

Do, la aranĝo de la vegetaraj kolonioj estas tiel grava, eĉ pli grava afero, ol la malkovro de la vegetaraj manĝejoj. Per vegetaraj manĝejoj ni puŝas la aferon antaŭen, kaj per kolonioj ni efektivigas nian ideon.

Per ĉio ĉi mi ne volas diri, ke la demando estas finita, eĉ de la morala flanko, kiun mi traktas. Sed estas ankoraŭ materiala flanko de la demando.

Tamen, kie ni trovos tiajn personojn? Do, ni devas semi por rikolti! Per nia konduto, ekzemplo, skribado, parolado, realismo, ni allogu kaj kreu la kondiĉojn, en kiuj povas evolui tiaj perfektaj personoj.

Homa konduto kontraŭ bestoj.

La konata samideano Inocento Serišev, nuntempe loĝanta en Sydney (poŝtfako 2988 NN), Aŭstralio, publikigis en la oktobro-novembra numero (1928) de La Verda Lumo (Ŝanhajo, poŝtkesto 1332, Ĥinujo) artikolon pri ĉi tiu temo, kiu interesas sendube la abonantojn de „Vegetarano". Li diras interalie:

Komparante tiurilate la vidpunktojn de Oriento kaj Okcidento, mi, amanto de Oriento, devas konfesi, ke la Okcidento staras sur iom pli alta ŝtupo.

Mi ne scias ĝuste la staton de tiu problemo en Hindujo (estas dezirinde, ke iu Hindo priskribu ĝin), kie eble oni ne bezonas la socian organizon por protektado al bestoj, ĉar ĉiuj protektas ilin. Sed mi scias, ke en Ĥinujo tiu problemo estas en mizera stato. Ni, rusoj loĝantaj inter ĥinoj, ricevis la impreson, ke ĥinoj estas treege kruelaj kontraŭ bestoj. Vi ĉiam vidas senokulajn (blindigitajn) mulojn kaj ĉevalojn (mulkondukistoj per vipoj, frapante, batante, okulpikas), malsategajn katojn kaj hundojn. Sur stratoj ĉiu povas vidi la abomenajn scenojn de krueleco kontraŭ bestoj. Vi povas vidi, kiel oni trenas el bazaro vivajn birdojn (anserojn, kokinojn), tenante ilin kun kapoj malsupren (bedaŭrinde mi vidis tion ankaŭ en Italujo! O. B.). Vi povas vidi kruelan batadon al sendefendaj bestoj.

La plej abomenajn scenojn vi povas observi en sovaĝa Mongolio, kie la kripligita instruo de Budho (lamaismo) ne povis mildigi la morojn de la popolo. Mongoloj vere turmentas ĉevalojn, metante selojn sur la ulcerantajn ĉevaldorsojn, truante iliajn naztruojn kaj enmetante tien lignobastonetojn, por alligi kondukilon. Fortege tirante kondukilojn, ili ofte deŝiras la naztruojn.

De kia ajn vidpunkto, ne nur laŭ la religia, oni devas malaprobi la kruelan konduton kontraŭ bestoj.

En Rusujo oni ne malofte vidas abomenajn scenojn de kruela aŭ severa konduto kontraŭ bestoj, ĉefe kontraŭ ĉevaloj, kaj plej ofte en urboj. En Japanujo mi ne observis kruelan konduton kontraŭ bestoj; sed mi vidis ofte, ke infanoj turmentas cikadojn kaj papiliojn. Ja ankaŭ tio estas kondamninda. La problemo devas esti diskutata kaj decidata en internacia skalo. Religio, scienco, eduka kaj instrua fakoj devas atenti tiun gravan problemon. —

Jen, kion diris samideano S. Bedaŭrinde la okcidentanoj, kiuj havas vivisekcadon, ĉasadon, ĉevalkuradon, en multaj landoj ursdancadon kaj en kelkaj landoj eĉ bovbatalojn, ne rajtas fieri pro la diferenco inter Okcidento kaj Oriento.

La vegetara movado en Bulgarujo.

La sekretario de la Bulgara Vegetara Ligo, Sofio, Ulica 6-i septemvri 3, nia samideano Dimitro Simeonov, intencas forigi per kelkaj informoj la malĝustan impreson, kiun oni eble ricevus per nia raporto en Vegetarano XII/3 pri la parolado de samideano Pamporov dum la VIIa Internacia Vegetara Kongreso.

La parolado povus kredigi, ke la vegetara movado en Bulgarujo havas nur religi-etikan nuancon. Efektive, laŭ sia deveno, ĝi bazas sur religi-etikaj principoj, kvankam ne ĉiurilate la samaj, kiajn propagandas la Blanka Frataro, al kiu P. apartenas. La movado en Bulgarujo kreskis kaj evoluis sub influo de la Tolstojaj ideoj; sed la movado kompleta, prezentata de la B. V. L., ne ignoras la aliajn nuancojn de la vegetarismo, kaj ĝia organo „Vegetarianski Pregled" enhavas krom la etikaj kaj religiaj artikoloj ĉiam ankaŭ higienajn kaj sciencajn.

Tiuj klarigoj kompreneble ne estas direktitaj kontraŭ la Blanka Frataro, sed nur kontraŭ ebla miskompreno; ĉar oni ne devas identigi la esencon de la asocio kun la celado de aparta movado, kiu inter siaj postuloj havas ankaŭ la vegetarismon.

La unua vegetara restoracio en Bulgarujo estis fondata en la jaro 1919a de anoj de la B. V. L., kiuj tiucele fondis Vegetaran Kooperan Societon. Post dek jaroj da pena laborado kun granda entuziasmo kaj same

granda oferemo ekzistas nun en Sofio, urbo kun ducentmil loĝantoj, dek-du vegetaraj manĝejoj. Tri el ili: „Ceres", „Jasna Poljana" kaj tiu de la koopera societo, estas grandaj, modernaj. Precipe la lasta, novekonstruita vastega salono kun tricent seĝoj, speciala ejo por legado k. a. instalaĵoj, estas supozeble laŭrange la unua restoracio en tuta Eŭropo. Okaze de ĝia malfermo la societo donis bankedon al la ĵurnalistaro, kaj la tuta gazetaro la sekvintan tagon raportis tre favore al la vegetara movado kaj entute pri la faro de la vegetaranoj. Eĉ Zagrebaj ĵurnaloj (Jugoslavujo) raportis pri tio. Ilustritaj ĵurnaloj donis fotografaĵojn de la salono.

La restoracio okupas la teretaĝon de novkonstruita sesetaĝa domo de la Vegetara Koopera Societo, sub ĉi-supra adreso. Tiu societo ĝuas grandan moralan kaj monan krediton en Bulgarujo. Ĝi utiligas nun sesmilionan krediton ĉe la ŝtata koopera banko.

En provincaj urboj ekzistas dek-unu vegetaraj manĝejoj, do entute en Bulgarujo 23. En tiu malgranda lando ĉiutage kelkmiloj da manĝantoj vizitas vegetarajn manĝejojn, kaj tiu sumo ne enhavas la multnombrajn vegetarajn familiojn, kiuj manĝas hejme.

Helpate de la Veg. Koop. Soc., anoj de la movado fondis apud Plovdivo (Filipoplo) farmejon, kiu posedas 264 dekarojn da kulturata areo. Deko da vegetaranoj tie perlaboras sian vivon rekte per la tero.

La 28—29an de aŭgusto okazis en B u r g a s la 11a Kongreso de la Bulgaraj Vegetaranoj. En la Moderna Teatro S-ino D-ro Pateva en la nomo de la loka vegetara grupo bonvenigis la kongresanojn. En Burgas kaj ĝia ĉirkaŭaĵo, la vilaĝo Alankajrak, antaŭ 25 jaroj ekloĝis la unua vegetara grupo kaj fondis teristan kolonion. Tie, de tiu grupeto, kaj poste de St. Andrejĉin persone, estis unue eldonata la valora monata revuo „Vyzrâĵdane", kiu havas grandegan meriton en la disvastiĝo de vegetarismo en Bulgarujo kaj ligis vegetarismon kun etikaj ideoj laŭ Tolstoja influo. St. Andrejĉin estas nun la prezidanto de la B. V. L. Tie, en Burgas, laboradis ankaŭ la jam mortintaj pioniroj de vegetarismo Dim. Ječkov (Burgasano) kaj Hr. Dosev.

La ĉefan paroladon faris la prezidanto, St. Andrejĉin, mem. Interalie li diris, ke per la 11 kongresoj post la milito en ĉiam aliaj lokoj la vegetaranoj portis sian idearon tra la tuta lando kaj akcentis unu gravan penson, kiun ili akcentas ankaŭ en ĉi tiu kongreso, nome ke la vegetarismo, eĉ sub la simpla kaj nura formo de neviandmanĝado, prezentiĝas kiel la plej grava reformo. Sur la unua ŝtupo sur la vojo al perfekteco, sur kiu ni troviĝas, estas jam kontentige imagi homaron, kiu ne mortigas bestojn, por ilin manĝi (jam milionoj tiel nun vivas!); kaj ni vidas ankoraŭ tiun pli malproksiman homaron, tute malsaman je la nuna, homaron, kiu post ŝanĝoj nune neimageblaj, plialtiĝis en la direkto al la perfekteco.

Mi ripetadas, diris A., ke la vegetarismo ne estas elpensita ideo, sed prezentiĝas kiel la esenco mem de la homa naturo, fondita sur la esenco de la homa animo: la amo al la vivo, la kunsento kun la sufero, la malemo kontraŭ la mortigo.

Je la fino A. diris, ke Tolstoj jam parolis pri la rolo de la „malgrandaj popoloj", ne imiti la militarismon de la grandaj popoloj, sed montri per vera progresemo la vojon al la „grandaj popoloj". Jen, diris A., ni vegetaranoj kiel unuaj montras, kian signifon havas nia malgranda popolo, kaj estas por la grandaj popoloj ekzemplo. —

Inter la organizoj, kiuj post la parolado de A. salutis la kongreson, estis pluraj abstinulaj societoj, la Blanka Frataro, la Esperanto-Asocio de Bulgarujo k. a.

Sekvis parolado de Dobri Jurukov pri „Kristanismo kaj Vegetarismo". Jordan Kovaĉev akcentis, ke ni ĉefe celas la sanecon de la popolo per nova principo de nutrado kaj vivkonduto. D-ro N. Stanĉev parolis pri „La fruktoj kiel nutraĵo kaj kuracilo", Stojan Penelov pri „La Area Problemo laŭ Henry George". S-ino D-ro Pateva bele kaj entuziasme akcentis la pacideon kaj la rolon, kiun la virinoj kiel patrinoj kaj edzinoj devus ludi en ĝi. Petro Pamporov raportis pri la kongreso de Steinschönau.

Por la sekvonta kongreso oni elektos verŝajne unu el la urboj: Vidin, Ruse (Rusĉuk) kaj Pleven. Antaŭ la fino de la kongreso Jordan Kovaĉev parolis pri la granda graveco de la individua personeco, kiu altiĝas al vera homeco, kaj invitis la ĉeestantojn por plena sindono en la laboro por nia afero.

Turismo kaj Nutrado.

N. V. Tarasov.

Niaj turistoj, same kiel la profesiuloj de fizika kulturo, turnas malmultan atenton al la racia nutriĝo, kiu havas grandegan influon sur la eltenkapablon dum la grandaj marŝadoj kaj grimpado al montpintoj. Eĉ en kelkaj gravaj sciencaj ekspedicioj la demando pri la nutriĝo estis nesufiĉe pripensata, kaj la elekto de la nutraĵoj rezultis tiom maltrafa, ke ekzemple dum la ekspedicio de profesoro Kulik, kiu foriris en la jaro 1928a, por serĉi la falintan tunguzan meteoriton, la nesufiĉa (senvitamina) nutraĵo forigis el la entrepreno ĉiujn liajn kunlaborantojn.

Dum alia scienca ekspedicio, la supreniro al la Elbruso, en julio 1929a, oni rimarkis oftajn okazojn de svenado, plej verŝajne pro neracia nutriĝo; ĉar oni forgesis, ke estas necese, kompensi la maldensecon de la montara aero per vitaminozigitaj nutraĵoj: krudaj grenoj, fruktoj, olericaj fruktoj, lakto, fromaĝo, butero, mielo k. c. Kun la evoluo ĉe ni de pluaj ekspedicioj, de la turismo kaj de la alpinismo (montgrimpado), komprenebIe, la intereso pri la trofologio (scienco pri nutrado) devas kreski.

Kiom grava estas la elekto de taŭgaj nutraĵoj ĉe la akiro de la montpintoj, pri tio konvinkas la oficialaj raportoj pri la lasta granda ekspedicio al la plej alta montpinto de la terglobo, la monto Everest en la montaro Himalajo, alta 8840 metrojn super marnivelo. La sciencaj observistoj rakontis, ke ju pli alten la ekspediciaanoj alvenis sur la monto, des pli forte ili sentis malemon kontraŭ viando kaj fine ankaŭ kontraŭ ĉia viandnutraĵo. Ili absolute ne povis uzi iajn konservaĵojn, kolbasojn, alkoholajn trinkaĵojn kaj similajn produktaĵojn, kiuj montriĝas kiel veraj kaŭzantoj de laceco en la organoj. La instinkto mem sugestis la nepran neceson, rifuzi viandnutraĵon.

Kiel rezulto okazis ĉe neniu ekspediciano naŭzo aŭ vomado, eĉ sur la plej altaj suproj. Unu el la raportintaj partoprenintoj de ĉi tiu ekspedicio, Torton, publikigas la jenajn postulojn por la nutraĵo de alpinistoj:

La nutraĵo devas esti agrabla por la gusto, facile digestebla, substanca, por ne provoki senton de mal-

pleneco en la stomako baldaŭ post la manĝado, kaj ankaŭ doni protekton kontraŭ la malsato.

Laŭ la ĝenerala opinio de ĉiuj partoprenintoj en la supreniro al la monto Everest la plej konvena nutraĵo estas: krudaj grajnoj, fruktoj, nuksoj, mielo, sekigitaj dolĉaj prunoj, lokaj verdlegomoj, terpomoj, urtiko, bambuĝermoj, fungoj, freŝaj ovoj, kruda aŭ kondensita dolĉa lakto, sed ne kuirita aŭ steriligita, kakao, dolĉaj sekaj manĝaĵoj, fromaĝo, butero k. t. p.

Sed pli severa dieto estas postulata por la portistoj, kiuj suprenportis pakaĵojn de 20 kg kaj montradis eksterordinaran eltenkapablon. Por ili la uzado de viando kaj de diversaj konservaĵoj montriĝis ankoraŭ pli malutila, kaj pro tio konvenis enmeti en la liston de la nutraĵoj por ili nur tibetan buteron, ovojn, avenon, rizon, hordeon, freŝajn legomojn, kondensitan lakton, mielon, ĉokoladon, teon k. a.

La sperto de ĉi tiu ekspedicio denove pruvas, ke tie, kie granda korpa eltenkapablo estas necesa, la viandaj kaj la konservitaj nutraĵoj ne donas la sufiĉan energion kaj montriĝas kontraŭgustaj eĉ al kutimaj viandmanĝantoj.

Laŭ la ruslingva „Gigiena Pitanija"
tradukis O. B.

Negro pri eŭropa nutrado.

De Hans Paasche.

Hans Paasche (paŝe) ludis gravan rolon en la germana junulara movado. Li estis sensanga revoluciulo, kaj en nia „humana epoko" li devis pagi per sia vivo siajn pacifistajn ideojn. Post travojaĝo de Afriko, kie li surloke ekkonis la kulturon de la „senkulturaj" negroj, li skribis libreton:

„La leteroj de la negro Lukanga Mukara" (Die Briefe des Negers Lukanga Mukara. Eldonejo Fackelreiterverlag, Bergedorf bei Hamburg, poŝtfako 49). En ĉi tiu verketo li korespondforme trafe primokas la morojn de la eŭropanoj, nomataj de li Vazungoj. En la prezentata letero, la kvina, L. informas sian sultanon pri nia „inteligenta" nutraĵsistemo. (Rim. de la tradukinto.)

Birkhain, la 2-an de oktobro 1912-a.

Mukama, —

Certe cia reĝa koro jam koleras, ĉar mi ankoraŭ ne skribis, kion manĝas la Vazungoj.

Granda kaj potenca moŝtulo! Ordonu al cia popolo dutagan silenton, por ke ci povu kompreni la terurajon, kiun mi nun rakontos al ci: La eŭropanoj estas animmanĝantoj, kanibaloj!.

Ili intermiksas la nutraĵon, kiun la tero donacas, kun partoj de diversaj bestoj. Precipe porkoj, bovoj kaj ĉevaloj estas mortigataj, dishakataj kaj distranĉataj en multajn pecojn. (Laŭ ĉi tiu letero Lukanga apartenas al unu nigra gento, kiu nutriĝas per fruktoj. Devas esti strange al homo, kiu tiel vivas, ke ĝuste nun en Germanujo oni parolas pri malsato pro tio, ke la viando plikostiĝis. La strangaj perceptoj de L. eble igos niajn legantojn pripensi, ke tutaj popoloj vivas ne manĝante viandon, kio ja malfacile eniras niajn kapojn. Unu gazetinformo pruvis al mi la konstaton de L. pri la hundbuĉado en Halle (hale), kie oni diris, ke sekve de viandnesufiĉego oni malfermis en Halle hundbuĉejon daŭre pligrandiĝantan. H. P. Ankaŭ iu el ni dum la milito vidis en Halle hundbuĉejon, nome en Klaŭsstrato. La trad.) En unu urbo nomita Halle oni buĉas kaj manĝas hundojn. Ankaŭ kata viando estas miksita en la nutraĵon, sed nur sekrete. Neniu aĉetus tiun viandon, se oni ofertus ĝin. Tial oni tranĉas ĝin malgrande, kolektas ĝin en bareloj kune kun aliaj viandpecoj kaj tiam enigas ĝin en bovajn intestojn kaj vendas en tiu formo. En kelkaj lokoj oni miksas ĝin ankaŭ kun faruno kaj graso kaj manĝas el konkaj ŝeloj. Nur homojn oni ne rajtas buĉi kaj manĝi.

Mi scias ion pri tio, ne ĉar mi persone vidis ĝin, sed ĉar ĝin raportis al mi homo el la multvastigita gento Korongo[1]). Tamen ion mi mem vidis, kaj mi kredas tion, kion la korongano rakontis al mi.

Mi vidis homon, kiu ŝarĝis sur siajn ŝultrojn ankoraŭ sangajn bovidkadavrojn, kiujn li prenis de unu veturilo kaj pendigis en unu domo tiel, ke ĉiuj preterpasantoj devis vidi ilin. Viroj kaj virinoj preterpasis kaj ĝojis, kiam ili vidis la kadavrojn. La viro pendigis ankaŭ internajn bestpartojn kaj skribis sur ilin ciferojn, ĉar li volis havigi al si monon kontraŭ ili, kiam la homoj ilin aĉetos. La kadavroj estis disŝiritaj en partoj kaj la pecoj unuope venditaj, kvazaŭ ili estas fruktoj. Ili manĝas ankaŭ la sangon de la bestoj.

Mi diris, ke la Vazungoj manĝas. Tio ne estas vera. Ili glutas. Kaj ĉio, kion ili enigas en sian buŝon, estas preparita, por ke ĝi estu englutata kaj ne manĝata. Tamen inter la Vazungoj estas kelkaj, kiuj kapablas manĝi nutraĵon; sed la plejmulto estas glutantoj.

Nia lingvo enhavas du vortojn, por enigi nutraĵon: manĝi kaj manĝegi. La glutantoj diras pri si mem, ke ili manĝas kaj ke la bestoj manĝegas. Tamen, kiam mi montris al unu Vazungo, kiel unu bovo serĉis herbojn sur la herbejo, kaj diris al li, ke li manĝegas same kiel la besto, tiam li koleriĝis.

La Vazungoj malsanigas artifike la porkojn, kiujn ili deziras manĝi, por ke la porkoj ege dikiĝu. Ili devigas ĉiujn bestojn rapide gluti kaj poste ripozi. Tiel ili grasigas la bestojn kaj, kiel la porkojn, ili grasigas ankaŭ sin mem.

Ili atingas tion per multaj rimedoj. La Vazungo ne atendas la aperon de malsato por manĝi, sed iras ĉi tien kaj tien kaj provas ion trovi, kion li volonte englutus. Por esti certa, ke li dikigas sin, li sidas en tute difinita tempo, ankaŭ sen malsato. Kaj ne en malhela ĉambro li sola, sed kune kun aliaj Vazungoj. Dum la glutado li malfermas larĝe la okulojn. Kiam li glutas unu manĝaĵon, li rigardas paperpecon, kie estas skribita la sekvonta manĝaĵo. Tiel li plirapidigas la glutadon. Ĉar li ne manĝas pro malsato kaj la manĝaĵo ne bongustas, li manĝas per la okuloj, kaj li manĝas ĉiam la sekvantan manĝaĵon kaj ne tiun, kiun li havas ĝuste en la buŝo. Sur la paperpeco estas enskribitaj ne nutraĵoj, sed miksaĵoj kaj varmigitaĵoj. Por ne maĉi, la glutulo verŝas trinkaĵon en la buŝon. Ĉiuj Vazungoj kutimas gluti ankaŭ trinkaĵojn anstataŭ ol suĉi ilin.

Unu ĝenerale uzata metodo, por antaŭenpuŝi la grasiĝon, estas tiu: La Vazungoj priparolas multnombre, sid-

[1]) Korongo signifas „grandega ardeo". Verŝajne per tio L. aludas pri la migruloj aŭ pasbirdoj. H. P. (Pasbirdoj aŭ Wandervögel estas la popola nomo de la ekskursema, vivreforma junularo. La trad.)

ante komune ĉirkaŭ tablo kaj englutante la samajn manĝaĵojn. Kvankam ili havas nenian malsaton, tamen ili sukcesas multon engluti. Tiam venas ankaŭ servistoj, kiuj provas eksciti la manĝegemon de la glutantoj. Ili faras tion jenmaniere: la manĝaĵon kies nomon la glutanto jam legis sur la listo, ili tenas dum mallonga tempo laŭvice de malantaŭe al ĉiu glutanto antaŭ la vizaĝo, ĝis kiam li iom deprenas. Kaj, ĉar ĉiuj glutantoj deprenas de la sama plado, ili estiĝas reciproke la imagon, ke ili forprenas ion de la ceteruloj kaj certiĝas multe por si.

Kiam ili komencas enigi ion de tio en la buŝon, tiam ili kriegas unu al alia, kaj tiel ili akcelas la englutadon. Krom tio estas devo de la servistoj, daŭre timigi de malantaŭe la glutantojn per la neceso tuj forpreni la pladojn, sur kiuj estas la manĝaĵoj. Ankaŭ tiel realiĝas la celo de pli rapida englutado. Por ke la glutantoj tre laŭte kriu, oni mendas dek-du virojn, kiuj blovas kornojn kaj bruegas.

Se mi, kontraŭe, pensas pri la versoj de Rubega, tiam ŝajnas al mi, kvazaŭ mi eliras el harmonio, por eniri bruegon. Permesu al mi, Mukama, skribi ĉi tie la dirojn de la granda pastro, por ke mi mem bone rememoru ilin. Rubega diris:

„Rigardu, homo, unu nukson. Kial ĝia kerno estas ĉirkaŭvestita? Ĉu por tio, ke unu homo senvestigu ĝin kaj alia ĝin manĝu? Ne! Por ke tiu, kiu devas manĝi ĝin, senŝeligu la kernon kaj ne plenigu la buŝegon ĝis la supro.

Ci devas, se ci manĝas, koni la teron, sur kiu la frukto estas rikoltita. Kaj, se ci neniam estis tie, tiam per cia sopiro ci devas resti tie dum la manĝado.

Tial iru en la ĉambron, kiu estas konstruita por manĝado, kaj restu sola tie, ĝis kiam ciaj aspiroj satiĝis.

Sed ci devas kuŝi dum la manĝado. Tiel ci vidas tra la malfermo de la ĉambro la ĉielon super ci, sur kiu estas skribite, kiam vi devas manĝi. Nome, dum la tago ci devas manĝi, kiam la bluo estas senfina. Sed nokte tie staras steloj, kaj ciaj pensoj kaptas ilin. Tial ci devas tiam fasti. —“

Mukama, se mi komparas la Vazungojn kun la Vakintoj, tiam mi scias, kiu popolo havas pli bonajn konsilantojn.

Inter la Vazungoj estas multaj, kiuj praktikas aparte fortan grasiĝon, kaj en ĉiu faklaborantaro troviĝas certa nombro da tiaj grasiĝantoj. Tamen, kvankam ili faras ĉion, por laŭeble plej rapide senkapabligi sin por porti armilojn kaj iri kontraŭ malamikoj, ili perdas neniun civitrajton, kaj kiam mi diras al tia militisto destinata por grasiĝo, ke en Kitara nur tiu havas ĉiujn civitajn honorrajtojn, kiu eltenas ion en rapidkurado, tiam li englutas ankoraŭ pli multe.

Ili vivadas en daŭra maltrankvilo, ke ilia korpo ne ricevas sufiĉe da miksaĵo kaj varmigitaĵo. Nur koncerne je la vera nutraĵo ili estas tute ne zorgemaj; ili ja malestimas, ke per ĝi ili fariĝos agfortaj, vivĝojaj kaj ne dikaj.

Ili multe penadas, por detrui la aĵojn, kiujn ili ĵetas en siajn bolpotojn, kaj ankaŭ por senigi la nutraĵojn de ilia sungusto. Por tio ilia plej efika rimedo estas forta kaj longdaŭra fajro.

Poste ili metas en ĉiujn manĝaĵojn salon, kaj tiam ili diras: „bongustas.“ Salo estas por la Vazungoj la samo kiel „gusto“. Kaj de tio, kio gustas je salo, ili tiom englutas, ĝis kiam ili ne povas plu eustomakigi pli multe.

Prepari malbonaĵojn, kiujn neniu manĝus, tiamaniere, ke ili fariĝu engluteblaj, kaj detrui bonaĵojn tiel, ke ili egalas la malbonaĵojn, jen kio por ili egalvaloras grandan arton. Precipe la virinoj okupiĝas preskaŭ dum la tuta tago pri tiu arto, kiun ili nomas „kuirado“ aŭ „rostado“, laŭ tio, ĉu estas varmigata akvo aŭ graso.

Mi rakontis al ci en la lasta letero pri la korpkiraso de la virinoj kaj diris, ke la viroj eltrovis ĝin, por malfortigi la virinojn. Mi kredas, ke ankaŭ la kuirado estas elpensita, por forpreni de la virinoj la tempon pripensi kaj por teni ilin en stulta stato. Kaj nun ĉiuj kredas, ke la kuirado estas vivnecesa. Ŝajnas, ke iu supera forto venĝas pro la krimo de la viroj, ĉar tiu krimo igas ilin engluti la kuiritaĵon, tiel ke la virinoj ne povas ĉesigi la kuiradon, kaj tial ili estas kondamnitaj je maldiligento, estante grasiĝintaj.

Radianta princo! Al cia servisto ĉi tie ne estas facile nutriĝi home. Tamen ne timu: Lukanga nutriĝas per sunlumo ankaŭ inter la hundmanĝegemuloj. Kaj, se dum tago li kuŝas inter la rokoj de iu montara pinto, ripozigante siajn okulojn en la malproksima ĉielbluo, tiam la parfumo de iu frukto vekas en li vivĝojon.

Sola sur unu montaro en la lando de la Vazungoj, kia sento stari kiel unua negro sur la pinto de unua montaro!

Kaj eĉ kiel cia sendito

Lukanga Mukara.

Rozĝardeno apud Halle a. S., en marto 1929a

esperantigis Agro kaj Kurt Sturm.

La fonto de ĉiu sufero.

(Daŭrigo el „Veg.“ XII/2, p. 10.)

Anstataŭ multaj ekzemploj mi simple citos la diron de la verkisto Frakatorius el la deksesa jarcento pri la sifiliso, en latina poemo: „Nun obstina junulo, tro obstina pro sia spirita forto kaj ne timanta grandajn suferojn, estas atakata de la epidemio, kiu estas pli forta ol iu iam estis. Ankaŭ en estontaj jaroj nenio pli terura povos esti vidata. Iom post iom malaperas la belega printempo, la floro de la juneco, la forto de la spirito. Poste terura kadukeco monstrosimile kaptas la mizerajn membrojn, kaj tamen abomeninde ŝvelas la ostaro. Malbelaj ulceroj konsumas la okulojn, konsumas la nazon kaŭterizatan de aknaj vundoj.“ Kiel la sifiliso, tiel ankaŭ la tuberkulozo trovas la plej bonan nutron en malfortigita organismo.

Sed, se la infano ne estas kulpa pri siaj suferoj, tiam funde la gepatroj aŭ la pragepatroj, kiuj donis al la infano malfortigitan organismon, havas kulpon. Estas nerefuteble konstatite, ke la idoj de drinkuloj kaj fumantoj, kaj de tiuj, kiuj vivis kontraŭnature, estas spirite kaj korpe malpli valoraj.

La franca frenezulkuracisto (psikiatro) Legrain, sur la bazo de multjaraj observoj pri 215 drinkuloj kun 814 idoj en kvar generacioj, venis al jena rezulto:

27.0% suferis je konvulsioj en la infaneco (epilepsio),
30.8% estis drinkuloj,
50.3% estis idiotoj,
9.7% estis krimuloj,
20.4% suferis je histerio,
22.7% estis spiritmalsanaj.

Ĉar alkoholo kaj nikotino malbonigas ne nur la ner-

vovojojn kaj la cerbofunkcion, sed havas ankoraŭ fortan malbonigan influon al la ĝermĉeloj.

Bestteksperimentoj en tiu rilato ne povas diri multe. Tamen ankaŭ la bestbredisto uzas alkoholon kaj nikotinon por apartaj celoj, precipe kiam li celas havi malgrandajn rasojn. Konataj estas la tiel-nomataj brandhundoj kun la karakteriza malsprita vizaĝo.

Estas evidente, ke eĉ sana organismo ne povas daŭre kontraŭstari al la malbonaj efikoj de alkoholo kaj nikotino. Prof. Kräpelin konstatis, ke eĉ tre malgrandaj kvantoj de alkoholo (ekzemple unu sola glaso da biero) kapablas malbonigi la memorforton kaj la atenton. Des pli grandan ruinigan efikon faras la daŭrigita ĝuo aŭ pli grandaj kvantoj de ĉi tiuj narkotiloj.

Ankaŭ la apartaj korporganoj montras signojn de degenero: bierkoro, bierhepato, malŝvelinta reno, brandnazo, malsaniĝoj de la korkrona arterio kaj de la spirorganoj, malboniĝo de la vidkapablo, arteri-sklerozo per nikotinĝuo k. t. p. La vico de tiuj malsanoj estas preskaŭ senfina.

Walter Etzold, Lipsio.

Kion ĉiu virino devus scii.

(Traduko de la flugfolio de National Council for Animal's Welfare, 11, Lincoln's Inn Fields, Londono W. C. 2, Anglujo.)

Preskaŭ ĉiuj peltoj estas havigataj per kaptiloj, kiuj funkcias kruelege kontraŭ la sovaĝaj bestoj.

Bestoj kaptitaj en kaptiloj suferas intensan agonion. Iliaj membroj estas difektataj kaj rompataj per la ŝtalaj dentegoj de la kaptiloj. La morto pro malsato, pro elĉerpiĝo, pro frosto, pro tio ke alia besto manĝas la kaptitan beston aŭ per la mortbato de la kaptisto ofte okazas nur post pluraj tagoj da suferegado.

En multaj distriktoj la kaptistoj perdas unu trionon de la kaptajaro pro tio, ke en la kaptilo ili trovas nur piedojn. En tiuj okazoj la suferegantа besto formordis sian kruron aŭ forŝiris ĝin aŭ fortordis ĝin en freneza klopodo. Proksimume unu kvinono de la kaptitaj bestoj havas nur tri krurojn, ĉar ili savis sin el antaŭaj kaptiloj per sinkripliĝo.

En la sola monato januaro 1929-a du Londonaj firmoj ofertis por vendado pli ol 1 200 000 felojn de sovaĝaj bestoj multspecaj. Lasttempaj komercaj statistikoj montras, ke pli ol cent milionoj da peltfeloj estas ĉiujare importataj al Grandbritujo.

Eĉ en Grandbritujo mem milionoj da kunikloj kaj multaj aliaj bestoj estas kaptataj per kaptiloj por uzo en peltoj aŭ por nutraĵoj.

Varmigaj teksaĵoj estas haveblaj, kiuj estas pli malkaraj, pli malpezaj kaj pli sanigaj ol peltoj kaj kies uzado kreos enlandan industrion. La daŭrigata uzo de peltoj do estas defendebla nek per principo, nek per utileco, nek per neceseco.

La praktikado de kaptiluzado, kiu ĉiam estas akompanata de kruelegeco, havas malbonigan efikon sur la karakteron de la agantoj.

La aĉetanto kaj portanto de peltaĵoj estas morale respondeca por la kaptiloj kaj la kaptistoj kaj por la longa agonio de la kaptataj bestoj. La portanto de la pelto estas tiu, kiu kreas la postulon de tia fi-komercaĵo.

Tiu ĉi abomena kaj malmoraliga komerco povas esti haltigata per la opinio de informita publiko.

Se vi komprenas ĉi tion, vi devos

1. rifuzi mem porti peltaĵojn,
2. inviti aliajn agi same,
3. insisti, por ke la leĝo malpermesu la importon de peltaĵoj.

La unua paŝo farota dependas de vi!

*

Disvastigu laŭeble en ĉiuj medioj kaj in ĉiuj naciaj gazetoj ĉi tiujn informojn. O. B.

Jen, kiaj devus esti ĉiuj naciaj esperantogazetoj!

En la propaganda organo „International Language" de la Brita Esperanto-Asocio (Londono W. C. 1, High Holborn 142) ni trovas sub titolo „Trumpeta Voko por Agado", sur paĝo 233-a, anglan artikolon de John Merchant, el kiu ni ĉerpas jenon:

Mi invitas vin, forlasi vian trankvilan rolon de rigardanto kaj partoprenadi en la batalo, ĉar vi kaj la tutmondo gajnus per tiu ŝanĝo. Ne riĉaĵoj solaj povas aĉeti feliĉon; ne la nelaboro kreas kontentecon; ne la egoismo povas doni kompletan kontentiĝon. Sed, se oni volonte servas por la bono de niaj proksimuloj, tiu ĉi servado povas alporti kaj efektive alportas ĉiujn benojn per si mem.

Vi eble demandos: „Laŭ kiu maniero la enkonduko de Esperanto povas esti profita al la homaro, kiel vi evidente asertas?" Antaŭ ol respondi, mi volus citi du gravajn dirojn, kiuj estas faritaj antaŭ nelonge: Lloyd George diris: „La nuna granda tasko de la homaro estas ne certigi la liberecon p e r la glavo, sed certigi la liberecon e l la glavo! (t. e. el la regado de glavo)". Bernard Shaw diris: „Ĉiuj personoj, kiuj antaŭvidas la sekvontan militon kaj komencas preparojn por ĝi, devus esti ekzekutataj." Tiuj sentoj montras grandan ŝanĝon de la fronto kompare kun la malnovaj sangverŝigaj frazoj, kiel ekzemple: „Ho, mi volus, ke la mondo havu nur unu solan kapon kaj ke per unu bato mi povus simple fortranĉi ĝin!" Lordo Dewar memorigis al ni, ke „La vivo estas unudirekta strato (one-way street, Einbahnstraße, sens unique), kaj vi ne revenos." Se tio estas fakto, kaj ni scias, ke ĝi estas fakto, ni havas la devon „profiti el la bona momento de la bonokazo kaj kapti la bonon atingeblan . . . jen la vivarto." —

Ĉio, kion en la momento mi povas fari, estas: ripeti la insistan peton, ke vi ĉesu esti rigardanto kaj eniru la armeon de la esperantistoj, kiuj en ĉiuj lokoj de la mondo nun marŝadas kun kuraĝo kaj fido pri la venko, pri venko, kiu signifas pacon kaj bonvolon inter ĉiuj popoloj de la tero.

Ne miskomprenu nin; ni ne almozpetas kotizojn por ni mem. Niaj servoj estas donataj senpage kaj volonte. Ni petas vian helpon en granda kaj nobla movado, ĉar ni estas konvinkitaj, ke ĝi havigos feliĉon kaj pacon al la homaro; ĉar ĝi anstataŭos armitecon per amikeco. —

Jen, kion diras la prezidanto de la neŭtrala internacia Esperanto-movado al siaj samnacianoj kaj kion devus disdiri ĉiuj gvidantaj esperantistoj al siaj samnacianoj.

O. B.

La artisto, kiu pentras la birdon en ĝiaj vivaj koloroj aŭ kaŝe sekvas la vivantan elefanton aŭ rinoceron kun filmofotografilo, estas miloble pli bona sportulo ol la malica idioto, kiu mortpafigas ilin kaj fotografigas sin sidanta sur la kadavro. George Bernard Shaw.

Nia ŝuldkonto.

En la milito 1914—18 partoprenis el ĉiuj militintaj landoj 74 milionoj da homoj. Sepdekkvar milionojn da homoj ni devigis, uzi mortigajn armilojn kontraŭ senkulpaj homfratoj.

El ili estas mortigitaj 10 milionoj kaj vunditaj 20 milionoj. Proksimume dek milionojn da senkulpuloj ni mortbatis, disŝiris per eksplodiloj, torturmortigis per gaso.

La duoblan nombron da homoj ni vundis.

Pli ol ok milionojn da homoj ni enŝlosis kiel militkaptitojn kvazaŭ sovaĝajn bestojn en kaĝojn el pikdrato, kaj el ili la dekduono de la nombro mortis tie.

Ĉu n i tion faris? Jes, la tuta tiel nomata kulturita homaro, kiu de preskaŭ dumil jaroj ekstere konfesas la religion de la amo; kiu aŭskultas kun ravo la Naŭan Sinfonion de Beethoven; kiu aranĝadas Danc-Tetrinkadojn; kiu diskutas pri socialismo; kiu skribas ĉefartikolojn en gazetoj; kiu entute, kompare kun la ĉi-supraj ciferoj, okupas sin pri agadoj multe, multe malpli gravaj. N i !

Movado „Jack London".

La movado, kiu estas parto de la bestprotekta movado, sed havas apartajn organizojn en multaj-landoj, celas forigi la turmentadon de la bestdresado kaj la prezentaĵojn, en kiuj estas uzataj dresitaj bestoj. La Pariza Klubo Jack London havas sian sidejon 14 Rue Fromentin, Parizo 9, Francujo.

La aneco en la klubo estas senkotiza. Oni nur subskribas jenan sindevigon:

1. Mi neniam kuraĝigos spektaklojn de dresitaj aŭ ekspozataj bestoj.
2. Se, en iu festo aŭ spektaklo oni anoncas prezentaĵon de bestoj, mi, laŭ la cirkonstancoj, aŭ forlasos mian lokon aŭ protestos, informante miajn najbarojn pri la abomenaĵoj kaj kruelaĵoj ligitaj al la dresado kaj malliberigo de la bestoj.
3. Mi kondukos laŭeble plej multe da membroj al la Klubo el la aro de miaj parencoj kaj la publiko.

Flugfolioj de la Klubo montras la abomenaĵojn, kiuj kaŝas sin malantaŭ la eksteraĵoj, kiujn vidadas la publiko, kaj la mizerajn kondiĉojn, sub kiuj estas transportataj la bedaŭrindaj cirkaj bestoj. El unu el la flugfolioj ni ĉerpas jenan diron de la fama angla aŭtoro Galsworthy:

„Amikoj, nur unu solan fojon ni vivas sur tiu ĉi tero. Nur unu fojon ni vivas en kompanio de tiuj estaĵoj kun peltoj kaj plumoj, el kiuj kelkaj estas tiom belaj, aliaj tiom amemaj, kiam ni donas al ili la okazon! Tamen senpotencaj ili estas kontraŭ nia forto kaj nia intelekto. Ĉu, kiam ni forlasos ĉi tiun mondon, ni diros: „Ni vivis kiel reganto, ekspluatante la suferadon kaj la malliberecon de ĉiu estaĵo, kiu ne havis mian forton nek mian intelekton."? Aŭ ĉu ni foriru kun jena penso: „Dio pardonu min, se mi kaŭzis pli da sufero ol da bonfarto al kiu ajn estaĵo!"?"

La Londona adreso de la movado estas: Ernest Bell, York House, Portugal Street, Londono W. 2.

Popularajn bestprotektajn flugfoliojn eldonadas: Les Tracts Zoophiles Populaires, 41 Rue Dragon, Marseille.

Ĉiu homo, antaŭ ol esti aŭstro, serbo, turko, ĉino, estas h o m o, t. e. racia, amanta estaĵo, kies devo estas nur unu: plenumi sian homan taskon. Kaj tiu tasko estas simple: ami ĉiujn homojn. Tolstoj.

Enketo.

Medicina Doktoro L. Granjon, vegetarano, en Marseille, 73 rue Paradis (Francujo), petas ĉiujn personojn, kiuj havas sperton pri vegetare nutritaj personoj, speciale gejunuloj aŭ infanoj, prefere eĉ dumvivaj vegetaranoj, informi lin pri la efiko de la vegetara reĝimo al la o s t o j kaj d e n t o j.

Laŭ liaj ĝisnunaj propraj spertoj, la efiko de vegetarismo en tiu speciala rilato estas favora; sed lia ĝisnuna esplorado en tiu direkto ne sufiĉas, kaj li ŝatus ricevi informojn pri spertoj el laŭeble plej multaj landoj.

Ne malatentu tiun ĉi enketon, kaj ne prokrastu vian intencon, skribi al la kuracisto; ĉar, kion oni prokrastas, tion oni tre ofte prokrastas por ĉiam.

El multaj landoj.

Meksikio. La Naturista Societo de Jukatano (Sociedad Naturista de Yucatán, Calle 55, No. 570, Mérida, Yuc., Meksikio), fondita la 11. 9. 1927, faras propagandon, por krei en sia distrikto Farmejon de Saneco (Quinta de Salud) por la praktikado de la Terapio Naturista-Vegetara. La grupo jam mendis lernolibrojn, por studi Esperanton kaj pli intensigi per nia lingvo siajn internaciajn rilatojn.

Sudafriko, Natalo. Okaze de Terkultura Ekspozicio en la urbo Pietermaritzburg la „Ordeno de la Ora Epoko" (Vegetara Organizo: The Order of the Golden Age) aranĝis standon kun vegetaraj nutraĵoj kaj vegetaraj peltaĵoj, kiu vekis grandan atenton en la gazetaro kaj en la publiko. Ankaŭ kofretoj, tekoj kaj ŝuoj el vegetaĵa materio estis videblaj tie.

Aŭstralio. Ni, Esperantistoj, jam scias el la libro „Aŭstralio, Lando kaj Popolo", eldonita ĉe Hirt, ke ĝenerale ne estas loko en la menso de la loĝantaro de Aŭstralio por ideo de vegetarismo. Tamen, oni neniam devas juĝi tutan landon laŭ la ĝeneraleco, kaj ankaŭ tie ekzistas vegetaraj organizoj. S-ro A. W. Duncan, la vicprezidanto de la Vegetara Societo, skribas el Sidnio (Sydney), kie li vivas kun sia edzino de du kaj duona jaroj, ke multege da viando estas manĝata sur tiu kontinento kaj ke estas malfacile trovi aŭskulton por vegetaraj ideoj, kvankam multaj belegaj fruktoj kreskas tie kaj la tuta klimato invitas al vegetara reĝimo. D-ro Demarquette, la gvidanto kaj iniciatinto de la granda pacifista kaj vegetara movado „Le Trait d'Union" en Francujo, nun transloĝis kun sia edzino al Aŭstralio.

Svedujo. La oficiala provinckuracisto D-ro Erik Tretow en Västerhaninge estas kontraŭulo de la vakcinado kaj eĉ publikigis alvokon al la svedaj patrinoj, por ke ili ne permesu, ke iliaj infanoj estu vakcinataj. La sveda revuo „Vegetarianen" tiurilate diras, ke estas ĝojige, ke la dogmo de la vakcinado proksimiĝas al definitiva malapero. — Ni denove atentigas pri tio, ke la Sunkaj Aerbanejo en Grävsnäs, Västergötland, kies gvidanto estas nia samideano Anders Rosenberg en Skara, sendas senpage Esperantajn propagandilojn kaj kun plezuro bonvenigas samideanojn el fremdaj landoj.

Germanujo. La Internacia Ligo por protekti la bestojn kaj kontraŭ la vivisekcado (sidejo Dresdeno A., Serrestr. 12,II, Germanujo) festis la 16-an de novembro 1929-a sian kvindekjaran jubileon en Dresdeno. Antaŭ grandega publiko faris paroladojn Ferd. Mich. Brod (salutojn), kuracisto D-ro med. Heinrich Will el Stralsund kaj uni-

versitata profesoro D-ro Johano Ude el Graz. Muzikaj kaj similaj prezentaĵoj solenigis la vesperon, kaj certe estas tre kontentige, ke tiom granda amaso estis informata pri celado ĝis nun ne konata de tro multaj personoj. La Berlina Vegetara Societo, fondita la 28-an de oktobro 1879-a, festis sian 50-jaran jubileon. Nia samideano D-ro Wilhelm Winsch jam estas de 48 jaroj ĝia ano. Ĝia nuna prezidanto estas Bernhard Rieger. La jubileo estis inde solenata, kaj ankaŭ je tiu okazo tiom granda estis la publiko, ke la ĉeestantoj havis grandan ĝojon pro tio, ke niaj ideoj estas prezentataj al tiom granda amaso.

Sovjetunio. La 6-an de aŭgusto, post grava, longa malsano, mortis en sia 73-a jaro unu el la pioniroj de la vegetara movado, kies nomo estas ligita ankaŭ kun tiu de Tolstoj, la verkisto Jurij Osipoviĉ Jakubovskij. Li estis unu el la kunlaborantoj en la Moskva eldona entrepreno „Posrednik". En la cirkulero de la Amikoj de Tolstoj de septembro 1929-a, I. Gorbunov-Posadov dediĉis al li varman nekrologon. — La fervora batalinto por Tolstojaj ideoj kaj vegetarismo, Vladimir Grigorjeviĉ Ĉertkov, plenumis la 4-an de novembro sian 75-an vivjaron. Li estis unu el la intimaj amikoj de L. N. Tolstoj, kun kiu li koniĝis en la jaro 1883-a. — N. N. Gusev eldonis novan libron: „Lev Nikolajeviĉ Tolstoj", jubilea kolekto. 440 paĝoj, prezo Rub. 3.75.

Grandbritujo. Tre tipa pri la progreso de nia afero estas la fakto, ke laŭ urĝaj petoj de kelkaj parlamentanoj, speciale el la Socialista Partio, oni starigis nun en la manĝejo de la Parlamentejo specialajn vegetarajn menuojn. La ĉiutaga gazeto „The Star", raportante pri tiu reformo, diras, ke oni aranĝis specialan inaŭguran manĝon, en kiu partoprenis gravaj personoj kaj, kiel gasto, la „patrono-sanktulo de la vegetaranoj" (tiel nomas lin la gazeto) Bernard Shaw. Demandite pri sia opinio, Shaw diris, ke la nutraĵo estis bonega kaj bonege kuirita, sed ke „estis multe tro multe, kaj ankaŭ tro multaj diversaĵoj". Dum la antaŭa parlamenta periodo fraŭlino Ellen Wilkinson vane provis starigi vegetaran menuon.

La 26-an de oktobro 1929-a la amikoj de Ernest Bell, konata sub la nomo La Amiko de la Bestoj, prezentis al tiu ĉi grava pioniro de la vegetara movado kaj de la movado kontraŭ vivisekcado albumon kun enskriboj de ĉiuj gravaj societoj, kiuj ĝuis la helpon de Ernest Bell. Li intencas nun retiri sin el la regula laboro, ekzemple kiel eldonisto de la gazeto „The Animal's Friend" (La Amiko de la Bestoj). La brita Vegetara Societo en sia enskribo diras interalie:

„La vegetarismo estas ligita kun ĉio, kio signas la plejbonon en la vivo, kaj ni estas feliĉaj sciante, ke via gravega laboro por la bestoj komenciĝis, kiam antaŭ pli ol kvindek jaroj vi fariĝis vegetarano".

Donante al vegetaranoj, en „The Vegetarian News", kelkajn konsilojn por vojaĝoj sur la Kontinento, H. J. Hosmer Boorman diras interalie:

„La lingva malfacileco estas ĝenerale pli forte sentebla en manĝejo ol aliloke. Eĉ en Anglujo oni ofte ne havas precizan ideon pri la manĝaĵo, kiu aperos, kiam oni mendis ion laŭ la fantazia nomo sur la manĝolisto, kaj bedaŭrinde tre malmultaj nomoj vere indikas la esencon de la nutraĵo. Kompreneble, la afero estas ankoraŭ pli malbona, kiam la menuo estas skribita fremdlingve kaj la manĝonto havas nur elementan scion pri tiu lingvo. Bona vegetara restoracio en Hamburgo, proksime je la Urbdomo (Alsterarkaden), superis tiun malfacilaĵon, ekspoziciante unu pladon de ĉiu manĝaĵo el la manĝolisto, kun etiketo, sub vitra kesto. Estus granda helpo por vojaĝanto, se aliaj manĝejoj imitus tiun sistemon."

Certe, la sistemo estas bona; sed, kompare kun la rimedo, kiun Esperanto donas al ni, ĝi ŝajnas al ni iom primitiva kaj memorigas la primitivajn popolojn, kiuj, ne sciante skribi, krude pentras la aĵojn, pri kiuj ili deziras informi posteulojn.

Vegetara Hotelo „Pomona" en Hago (Nederlando), Molenstr. 53, estas modela gastejo kaj devus esti vizitata de ĉiu samideano trapasanta Hagon. Varma kaj malvarma akvo en ĉiuj ĉambroj. Modela pureco.

Vegetaraj Manĝejoj.

La informoj donitaj ĉi tie estas senpagaj kaj celas nur esti utilaj al la vegetaranoj. Kompreneble, la redaktanto ne prenas sur sin iun respondecon pri tiuj informoj.

Prago (Ĉeĥoslovakujo), Vegetara Restoracio de Em. Vonka, Prago XII, Mirové nám. 10 n., malfermita 11½ ĝis 15½ kaj 17½—21 h. Rekomendita de Praga samideanino.

Parizo. Krom la vegetaraj manĝejoj jam cititaj kaj laŭditaj en la Vegetarano de oktobro 1928-a, ekzistas nun nova vegetara manĝejo: Restaurant Végétarien à l'Auberge du Fer à Cheval, 42 Rue de la Montagne-Sainte-Geneviève, Parizo 5 (Latina Kvartalo). La redaktanto kun sia edzino vizitis ĝin kaj trovis ĝin tre bona kaj malkara.

Barcelono: „Comedor Vegetariano" (Vegetara Manĝejo) Strato San Salvador 84, pral., 1 (G.). Atingebla per tramveturiloj 37, 38 kaj 24.

Lucerno (Luzern), Svisujo: Vegetara Manĝejo, ankaŭ por krudmanĝantoj, de M. Sauter-Heß, Grendel 5, proksime je la Schwanenplatz, telefono 2695.

Hamburgo (Germanujo): Krom la cititaj en Vegetarano de januaro 1929-a ekzistas vegetaraj manĝejoj: Kreuzweg 21 (malfermita ankaŭ dimanĉe) kaj Graumannsweg 30A Haus Burgfriede; Frieda Kruse, Mundsburgerdamm 44.

Elberfeld, Germanujo: Vegetara Restoracio, Bökel 9, 1-a etaĝo.

Kolonjo (Köln), Germanujo: Veg. Rest. Schildergasse 61-63. Veg. Rest. Auf dem Berlich 36, I., eniro de la strato Burgmauer.

Bordighera, Italujo: Hotelo-Pensiono Vinci, Madonna della Ruota.

Vegetaraj kaj parencelaj eldonaĵoj.

Régénération (ilustrita monata organo de la „Trait d'Union", rue Bobillot 73-bis, Parizo 13, Francujo) donas en sia aŭgust-septembra numero raporton pri la Freŭsburga internacia tendaro 1928 kaj precipe pri la diskuto inter Werner Zimmermann kaj D-ro Demarquette, kiu defendis la junularon kontraŭ la sinindulgo predikita de Z.

Tiu valora revuo havas esperanto-angulon! La revuo estas samtempe pacifista kaj respegulas la admirindan laboron, kiun faras la organizo Trait d'Union (Interliga Streko) por niaj ideoj.

Naturheilzeitung, Vieno VI, Liniengasse 33, Aŭstrujo, en sia septembra numero tute speciale batalas kon-

traŭ la tabakuzado. La artikolo de Doktoro Ernst Lewy, Berlino S. W. 11, Königgrätzerstr. 67, I., Germanujo, pri „Tabakkonsumo“ estas aparte presita kaj havebla ĉe la aŭtoro (germanlingve).

Natürlichere Heilmethoden! (Pli naturajn kuracmetodojn!), Vieno I, Bauernmarkt 11; germanlingva; jarabono ŝil. aŭstr. 1.80; kunlaboranto D-ro med. Karl G. Panesch. Donas al siaj legantoj respondon pri kuracado.

Vyzrâjdane (Renaskiĝo), monata bulgarlingva revuo pri vivdemandoj; redaktanto St. Andrejĉin; eldonanto: Bulgara Vegetara Societo, Strato 6-i septemvri 3, Sofio, Bulgarujo; ĉiam ankoraŭ aperadas kun sama valora enhavo.

Vegetarianski Pregled (Vegetara Revuo), monata, sama adreso, aperas nun en pli granda formato, sur bona papero, kun ilustraĵoj. Jarabono en Bulgarujo 50 levoj.

Svoboda (Libereco), Bulevard Dondukov 61, Sofio; semajna; pri etiko, vegetarismo, pacifismo; jarabono eksterlande 1 dolaro. Bulgarlingva.

Nuevo Método Hidroterápico (Nova metodo de kuracado per akvo), de Daniel Mann, tradukita hispanen de Avelino A. Argüelles, publikigita de la revuo „Pro-Vida“ de Havano (Kuba Insulo), aparta broŝuro eldonita de la Biblioteko „Eugenia“, adreso: Centro Vegetariano-Naturista, Mallorca 236 pral. 1, Barcelono, Hispanujo. Senpaga.

Helios, vegetara revuo, adreso: Valencia, Hispanujo, Strato Segorbe 3, publikigis en sia numero 162 broŝurforme, hispanlingve, la artikolon „Malsanoj de la Stomako“ de D-ro T. R. Allinson, Edinburgo, Skotujo.

Archivos de Lepra, hispanlingva revuo por la studado, la traktado kaj la kuracebleco de la lepro; eldonanto D-ro A. Benchetrit, adreso: Bogotá, Kolombio, Dep. Cundinamarca, strato 16, n-ro 49 A. Adreso de la eldonanto: Carrera 9, n-ro 369 A, inter stratoj 18 kaj 19.

Livsproblemets Lösning (La solvo de la Vivproblemo sur la bazo de la „Nova Penso“), de Anders Rosenberg, Skara, Västergötland, Svedujo. Prezo 50 oeroj. Tridekdupaĝa broŝuro de nia samideano A. R. pri la temo, ke la penso, la pura, forta penso, regas ne nur nian animstaton, sed ankaŭ nian korpostaton. La subtitoloj indikas la enhavon kaj tendencon de la verketo: La nova penso. La havigiloj de la scio. La bazo de ĉia scio. La centra fakto de la homa vivo. La eterna vivo. La problemo de la malbono. La esenco kaj kapablo de la penso. Diaj fortoj en la ĉiutaga vivo. La monismo kiel klariga esenco de la nova penso. Praktikaj rezultoj. Sperto. Vivkondiĉoj: la suno, la aero, la nutraĵo (vegetara), la pureco, moviĝo kaj ripozo, anima ekvilibro. La rezultoj de la scienca esploro.

Die Geburt der Menschlichkeit (Naskiĝo de humaneco), provo de edukado por amo al bestoj, de Heinz Nonveiller; eldonejo Johannes Baum en Pfullingen, Virtembergo, Germanujo. Germanlingva kvardekpaĝa broŝuro de H. N., kiu pro sia konstanta batalo per la revueto „La konscienco“ kaj aliaj eldonaĵoj, por amo, kontraŭ kruelaĵoj, por vegetarismo, fariĝis konata.

Vodolej (La Verŝisto), bulgara revueto pri okultismo, eldonata de biblioteko „Vodolej“, Sofio, ul. Veslec 8 (Nikola Pankov).

Vivisekcado kaj Vivisekcantoj (Vivisektion und Vivisektoren vor dem Richterstuhl des Sittengesetzes) antaŭ la Tribunalo de Moralo, de Prof. D-ro Johann Ude, Graz, Aŭstrujo. Eldonejo „Völkerwacht“, Graz, Richard Wagnergasse 36. Germanlingva. Prezo g.M. 0.20.

La Eldonejo „Fackelreiterverlag“ en Bergedorf apud Hamburgo, poŝtfako 49, Germanujo, eldonadas valorajn librojn beletristikajn, instruajn kaj edifajn pri la porpaca movado, ankaŭ pri vegetarismo. Tie estas havebla (ĉio germanlingva) ankaŭ la libro „Lukanga Mukara“, en kiu Hans Paasche per leteroj de negro priskribas la eŭropan „kulturon“. Prezo RM 1.—.

Katalogon pri Bulgara Literaturo, speciale vivreforma, tolstojana kaj etika, sendis la eldonejo kaj librejo „Jasnaja Poljana“ de Velko Angelov, Sofio, Bulev. Vitoŝa 21.

The Way to Health (La Vojo al Sano), revuo dediĉata al plibona sano, pura nutraĵo, pura vivado kaj ĝusta pensado; jarabono 2 dolaroj; adreso: 724 Grant Building, Los Angeles, Kalifornio, Usono. Duonmonata, ilustrita. Ĝi estas la organo de la Sudkalifornia Sekcio de la Amerika Naturkuracista Asocio.

Esperantaj Eldonaĵoj.

B. E. S. (Bohema Esperanto-Servo), adresaro de esperantistoj el ĉiuj landoj; eldono 1929-30; prezo sfr. 1.—. Havebla ĉe B. E. S., Potŝtejn, Ĉeĥoslovakujo.

La Interligilo de l' P. T. T., centra organo de fakinformoj por poŝtistoj, telegrafistoj kaj telefonistoj; eldonanto Petro Filliâtre, 54 rue Custine, Parizo 18, Francujo; denove aperadas.

Litova Esperanto-Revuo, red. Edv. Mediŝauskas, adm. Pr. Savickas; adreso: Kaŭno, Darbininku 16, Litovujo.

Heroldo de Esperanto, Brüsseler Str. 94, Kolonjo (Köln), Germanujo, semajna pure esperantlingva gazeto ilustrita, estas necesa informilo pri ĉiaj okazaĵoj en Esperantujo por ĉiu ajn esperantisto. Ĝi raportas ankaŭ pri ĝeneralaj aferoj kaj penas doni iom al ĉiu ajn. Ĝi bezonas por regula aperado (kiel ĝis nun) grandan aron da abonantoj kaj meritas ĝin.

Mondekspozicio, Antverpeno, Belgujo, invitas per bele presita Esperanta flugfolio por 1930 al tiu urbo; adm. Minderbroedersrui 17.

Internacia Medicina Revuo, adreso: D-ro Kempeneers, 20 rue aux Laines, Bruselo, Belgujo, represis la artikolon, per kiu ni komentis ĝin en nia n-ro XII-3.

La Fortoj en la Viva Naturo, de P. Dynov; n-roj 9-10 en la Biblioteko Nova Kulturo; adr.: Atanas Nikolov, Ul. Car Ivan Ŝiŝman 19, Burgas, Bulgarujo.

Amuzaj Rakontetoj de Pehef, skribitaj en Esperanta Stenografio Duployé-Flageul; prezo fr. fr. 1.50 aŭ 1 respondkup. Eld. Flageul, 9 Boul. Voltaire, Issy-les-Moulineaux (Seine), Francujo.

La Rejna Stelo, monata Esp. gazeto; Adm. 4 Rue Stimmer, Strasburgo (Bas-Rhin), Francujo. Bona stilo, vere Esperanta, paca tendenco, ĉiel laŭdinda gazeto! Jarabono 10 fr. fr.

Lingvo Internacia, oficiala organo de Helena Esperanto-Asocio, eldonata de nia malnova samideano D-ro A. Stamatiadis, Strato Rodou 21, Ateno, Grekujo; jarabono 1 dolaro. En novgreka lingvo kaj Esp.

Kataluna Esperantisto, Strato Durán y Bas 8, pral., Barcelono, Hispanujo. Monata organo de la Katalun-Baleara Esperantista Federacio. En lingvoj Kataluna, Esp. kaj Hispana.

Rivista Italiana di Esperanto, Udine (Italujo), Via Pellicerie 2; jarabono enlande Lir. 15.—. Post la 1-a de januaro 1930-a la oficiala organo de la italaj esperantistoj eliros sub tiu ĉi titolo kaj anstataŭos la ĝisnunan „L' Esperanto" de San Vito al Tagliamento.

Evangelio de Spirita Korpo, de Bikjô-Kjôdônĉen, adreso Sano-jûbinkjoku-kunai, Kacurajama, Ŝizuoka-ken, Japanujo. Prezo 0.25 enoj. Filozofianta broŝureto en perfekta Esperanta stilo, pri „Belismo". Pri la enhavo mi ne kuraĝas doni juĝon.

Revuo Kultura, Organo de Esperantista Kultura Asocio, Redaktanto Joŝio Ooŝima, 1148 Matunoki, Wadahori apud Tokio. Administranto Ŝunĉoo Higa, 267, Nakanomati-Hongo apudo Tokio, Japanujo. Valora, progresema, apoginda celado.

Klasigita Terminaro de Esperanto, kompilita de Eĉeno S. Cian, eldonita de Ŝanhaja Esperanto-Asocio, P. O. B. 1332, Ŝanhajo, Ĉinujo. Vortaro Esperanto-Ĉina ordigita laŭ ideoj.

La Verda Lumo, monata revuo ĉina kaj Esperanta, sama eldonejo. La numero V/10-12 (okt.-dec. 1928) enhavas rimarkindan artikolon pri la evoluo de ĉina lingvo.

Esperanto, oficiala monata organo de la Universala Esperanto-Asocio, 1, rue de la Tour de l'Ile, Ĝenevo, Svisujo. Ĉiu esperantisto devus legi tiun gravan gazeton de Esperantujo. La oktobra numero enhavas tre rimarkindajn artikolojn pri: Aventuroj de Persa Princo (de D-ro Privat) kaj Moderna hejmo kaj meblaro (de Scivolulo). Notu la novan adreson de UEA!

Sivaĝi, sceno el Hinduja historio de la 17-a jarcento, de Laksmishwar Sinha, eldonita de Eldona Societo Esperanto, Stokholmo, Fack 698, Svedujo, prezo Skr. 1.50. Bona preso, bela eldono, korekta lingvo.

Esperantokatalogojn eldonis Friedrich Eilersiek G. m. b. H., Berlino S. W. 61, Wilmsstr. 5, Germanujo; Ferdinand Hirt & Sohn, Lipsio, Salomonstr. 15, Germanujo; Heroldo de Esperanto, Kolonjo, Brüsseler Str. 94, Germanujo. Ĉe tiuj eldonejoj oni trovas la plej multajn valorajn aperaĵojn de Esperanta verkaro. Heroldo ĵus eldonis la gravan libron „En Okcidento Nenio Nova" de Remarque.

Amerika Esperantisto, dumonata, aperas nun sub la redaktado kaj adreso de J. J. Sussmuth, 1591, Anderson Avenue, Fort Lee, N. J., Usono.

La du Amatinoj. La Kapricoj de Mariano. Unu novelo kaj unu dramo de Alfred de Musset, tradukitaj en flua stilo de Jan van Schoor; prezo 2 Belgoj; eldonejo „La Verda Velo", Julius De Geyterstraat 149, I., Antverpeno, Belgujo. Ĉar la verko portas la vortojn „Rekomendita de la Esperantista Literatura Asocio", oni rajtas atendi pli severe korektan lingvon. En ordinara verkaĵo mi ne speciale riproĉus la malkorektaĵojn; sed ELA devus garantii, ke libro de ĝi rekomendita estas libera je ili. Ekzemple: „por ke ŝi metu tien la bukedon ŝi mem" (anst. „por ke ŝi mem metu tien la bukedon"); „V. rememoris sian amleteron sendita al" (senditan). „Ŝia intenco ne estis, defendi (anst. malpermesi) sian pordon al V." Entute, tamen, rekomendinda!

Elektitaj Prozaĵoj, Henriko Heine, tradukitaj de Zanoni, eldonejo „Pana", Universala Esperanto-Eldonejo, Höchst-am-Main, Brüningstr. 82. Prezo Mg. 2.30 aŭ sv. fr. 3.—. La literaturaj kapabloj de samideano Zanoni estas konataj; jam aperis liaj tradukoj de poemoj de Heine.

Kvitancoj.

Post la kvitancoj en „Vegetarano" XII/2 la kasisto ricevis jenajn pagojn aŭ informojn pri jenaj pagoj al landaj sekretarioj:

Deane, Hawkins, L. Skeen, K. Skeen, Langelaan, Lane, Smith, Osmond, Merrick, Jones, Bow, Goodall, Waltham, ĉiu ŝil. 3.—, Warden ŝil. 4.—, Miliauskas, Litova Veg. Soc., Speth, Bonet, Spengler, Kiene, Dopp, Meyer, Mildner, Dudas, Teschner, Glaser, Fischer, Martinez, ĉiu Mg. 3.—, Helmi Dresen, Agnes Dresen, Hilda Dresen, Kull, ĉiu ekr. 3.—, Christaller Mg. 6., Schmidt Mg. 1.50, van Haute bfr. 20.—, Tiard ffr. 20.—, Joó P. 4.—, Furmanik zl. 5.—, Ortt, Heijboer, ĉiu nfl. 2.—, Bogdanowicz zl. 8.—, Kuŝnir zl. 0.90, Michalek Kĉ. 26.—, Martensen, Gottgetreu, ĉiu Mg. 5.—, Bruklis, Boccioli, ĉiu Mg. 3.22, Scott Mg. 5.06, Adams Mg. 4.—, Menschick, Rissom, Ottow, ĉiu Mg. 3.—, Brenander skr. 2.—, Donkersloot sfr. 2.—, Göransson skr. 5.—, Steckowicz zl. 8.—, Aresti por Bilbaa grupo Mg. 3.05, Muñoz Mg. 5.—, Gaillard, Royer, Jacob, ĉiu ffr. 20.—, Barkauskas dol. 2.40, Martensen Mg. 6.—, Bluett ŝ. 3.—, Ĥavkin Mg. 5.—, Noll, Date, Rye, Fink-Jensen, Jensen, Schröder, ĉiu dkr. 3.—, Dana Veg. Soc. dkr. 10.—, Etzold Mg. 6.—.

Dankon al ĉiuj pagintoj, kaj specialan dankon al tiuj, kiuj donace plialtigis siajn kotizojn! La laboro de nenin el niaj kunlaborantoj estas pagata, kaj tial ĉiuj sumoj servas rekte al nia afero. Pripensu, ke nia **Vegetara Ligo Esperantista,** fondita jam en la jaro 1908-a estas la organizo de la Esperantistoj-Vegetaranoj kaj forte disvastigas Esperanton inter vegetaranoj kaj Vegetarismon inter esperantistoj. Por tio unuavice servas nia bulteno, kiu estas sendata al multaj personoj (redaktantoj, organizgvidantoj ktp.), kiuj ne pagas por ĝi.

Se iu fervora ano de nia movado ne povas efektive pagi la kotizon, li sendu pli malgrandan sumon kaj informu la redaktanton; tiom longe, kiom tio estas ebla al nia organizo, ni sendos la bultenon ankaŭ al tiaj fervoruloj; sed ni petas uzi tiun specialan favoron nur en okazo de bezono; ĉar sen financaj rimedoj nia organizo ne povas vivi.

Respondoj, informetoj, petoj, deziroj.

J. N. en L. Anstataŭ respondkuponoj, vi sendis tute senvalorajn propagandajn UEA-faksimilojn!

Represado el nia bulteno estas permesata kaj eĉ dezirata kondiĉe, ke oni indiku la „Vegetaranon" kiel fonton kaj ne citu frazojn, kiuj sen kunteksto povus esti miskomprenataj.

Respondecon pri la enhavo de la artikoloj havas iliaj aŭtoroj, ne la redaktanto. La artikoloj spegulas la opiniojn de siaj aŭtoroj, ne de la redaktanto.

Monon adresu nur al la nomo de la redaktanto, ne al simpla adreso „Vegetarano"; ĉar „Vegetarano" ne estas persono aŭ firmo, kiu povus kvitanci.

Ne sendu al la redaktanto recenzotaĵojn; ĉar nia bulteno jam oferas tro da spaco por recenzoj! Li ne povas daŭrigi pro ĝentileco la kutimon, citi ĉiun bagatelon. An-

kaŭ la multegaj stenografisistemoj ne povas ĉiam esti citataj.

Manuskriptojn skribu klare, prefere per maŝino. Ne ŝparu troe la spacon sur la papero, nek la paperon mem.

Ne-Fumantoj kaj anoj de la movado kontraŭ la hontinda malpura kutimo de fumado estas organizitaj en Grandbritujo per la National Society of Non-Smokers. Informojn donas la hon. sekretario F. J. Phillips, 37 Old Devonshire Road, Londono S. W. 12.

Por **Junulo-Vegetarano** franc-svisa estas serĉata en germana urbo pensiono ĉe klera vegetara familio, kie li havus ekzercon en germana lingvo. Skribu al la patro, samideano Charles Rosen, La Chaux-de-Fonds, Svisujo.

Edzinon serĉas vegetarano itala, 37-jara, bankoficisto. Li komprenas lingvojn germanan, francan, anglan, hispanan kaj skribas lingvojn francan kaj anglan (krom itala); li interesiĝas pri sciencoj, filozofio, homeopata medicino, muziko. En sia suditala urbo li ne povas trovi vegetaran junulinon; li deziras koniĝi kun junulino, kiu havas similajn interesojn kaj idealojn. La redaktanto de Vegetarano transsendos, tute konfidence, leterojn aŭ donos la adreson de la serĉanto. Sed nur seriozaj proponoj estas petataj.

Dokumentoj pri Naturkuracado kaj kuracreformo estas kolektataj de s-ro Attilio Romano, Milano, Italujo, Via Luigi Varanini 8. Li deziras prezenti al la registaro prospektojn, bildojn, broŝurojn pri naturkuracaj institutoj en ĉiuj kulturaj landoj, por progresigi la movadon en Italujo per registara apogo kaj aprobo. Oni sendu ĉion rekte al li.

Por kovri la Vienan Deficiton niaj gesamideanoj Geedzoj Blaise, Bonveno, 47 Manor Way, Headstone, N. Harrow, Mdx., Anglujo, honoraj kasistoj de tiu helpado, dissendis alvokon, kiun ankaŭ la „Vegetarano" apogas. Oni sendu mononal ili aŭ al la sidejo de UEA aŭ al s-ro Frans Schoofs, 11 Kleine Hondstraat, Antverpeno, Belgujo.

Honora. Tiu vorto antaŭ la vortoj kasisto, sekretario ktp. signifas, ke tiuj personoj ne ricevas pagon por sia agado, sed konsideras ĝin kiel honordevon. Sur la titolpaĝo de „Vegetarano" ni ne citis tiun vorteton; ĉar ĝi devus aperi antaŭ ĉ i u j nomoj kaj estas ja tute evidente, ke neniu kunlaboranto estas pagata.

Dudek-dua Universala Kongreso de Esperanto, 2.—9. aŭgusto 1930-a. La kongreso okazos en O k s f o r d o, Anglujo. Adreso por leteroj: 142, High Holborn, Londono W. C. 1 (ĉe Brita Esperanto-Asocio). Kotizo sendota antaŭ la 1. 7. 1930: 20 britaj ŝilingoj aŭ egalvaloro. Post tiu dato la kotizo estos 30 ŝil. Plej oportune estos sendi Unufuntan banknoton, kiun oni ĉie povas aĉeti, per rekomendita letero.

La oficiala organo de la kongreso estas „International Language", tiu bonega revuo, kiun ni jam ofte rekomendis. Vegetaranoj citu sian vegetaranecon ĉe aliĝo.

Korespondadon, prefere kun vegetaranoj, deziras 30-jara fraŭlo, vegetarano Estanislao Brnjac, Avenida Saenz 760, Buenos Aires, Argentino. Deziras belajn il. poŝtkartojn kun marko bildflanke.

Vegetarajn peltaĵojn ofertas la firmoj: The Bradford Manufacturing Company Ltd., sekcio V. 42, Bradford, Yorkshire, Anglujo; S-ino E. Dunn, 122 Lytton Avenue, Letchworth (Hertshire), Anglujo. Vegetarajn ŝuojn, kofretojn, tekojn (teko — dokumentujo surstrate portata, pole „teka"), gantojn liveras la firmo Dawson & Owen, 27 Nelson Street, Hertford, Anglujo, kiu korespondas en Esperanto.

Legantoj, kiuj konas aliajn liverantojn de tiaj varoj speciale sur la Eŭropa kontinento, estas petataj, sciigi al ni la adresojn. En Nederlando vegetaraj peltaĵoj estas haveblaj ĉe F. Bekaert, Douzastraat 37, Hago, kaj Firmo van Santan, Witte de Withstr. 4, Hago.

Leo Funken kaj Toni Funken, naskita Benning, niaj gesamideanoj, geedziĝis la 21-an de decembro 1929-a. Korajn gratulojn!

La redaktanto, kiu fondis la „Vegetaranon" en la jaro 1914-a, estas nun tro ŝarĝita de okupoj eksterprofesiaj kaj dezirus transdoni la sekretariecon kaj redaktadon al samideano aŭ samideanino, kiu estus kapabla, daŭrigi la laboron en la sama direkto, laŭ la samaj principoj. Nia afero estas finance kaj administre en perfekta ordo; oni do ne tiru el ĉi tiu deziresprimo malĝustajn konkludojn. Estas ankaŭ dezirinde, ke nova sango fluu tra nia movado. Mi estas tamen ĉiam preta kunlabori per artikoloj aŭ alia agado.

Enketo. Atentu la enketon de D-ro L. Granjon prezitan aliloke en ĉi tiu numero.

Kotizoj. Nova jaro komenciĝas. Repagu viajn kotizojn. Nia ligo ekzistas de 1908, nia bulteno de 1914 kaj montriĝis do neefemeraj.

Kunlaboro de vegetara kuracisto estas tre dezirata. Kvankam la plej multaj el niaj anoj rigardas la vegetarismon unue el etika vidpunkto kaj jam kontentiĝas per la scienca bazo, kiun eminentuloj donis al nia afero, estus tre agrable, se ni kelkfoje povus doni sciencajn klarigojn kaj sciencajn konsilojn.

Pagu al la landaj sekretarioj! Gesamideanoj, kiuj pro senlaboreco aŭ alia kaŭzo (sed ĉiam nur en esceptaj okazoj!) ricevadas la bultenon senpage, bonvolu almenaŭ unufoje en ĉiu jaro skribi al la redaktanto, ke ili ŝatas ricevi la **Vegetaranon,** por ke ni daŭrigu la senpagan sendadon.

Certe neniu, kiu p o v a s pagi, volos ricevi la bultenon per la pago de aliaj samcelantoj. Kiu scias rimedon, por ricevi kotizojn de la anoj en Sovjetunio, bonvolu ĝin indiki al la redaktanto.

Se en arbar'.

Se en arbar' la birdoj dolĉe kantas,
la foliaro flustras en vesper',
meditoj kaj revadoj miaj vagas
for de la ter'.
Se tiam vi, ho brilo de la luno,
heligas ĉion, kvazaŭ sorĉa sfer',
animo mia tremas kaj silentas
pro la mister'.

Cath. Roskes-Dirksen.

La instruo pri tio, kio do estas la homa vivo kaj kiel oni devas travivi ĝin, jen la vera religio.

La vera religio estas unu sola: la amo al ĉio kio vivas. La interna vero konsistas el tio, ke oni kredas je tiu sola leĝo, kiu taŭgas por ĉiuj homoj en la mondo. La leĝo de la vivo nenion postulas de ni krom amo al la proksimulo. La efektiva religio estas, ke ni vivu ĉiam bonan vivon en amo al ĉiuj kaj ĉiam agu kontraŭ la proksimuloj tiel, kiel ni deziras, ke ili agu kontraŭ ni. El tio konsistas la vera kredo. Tolstoj.

Internacia Vegetara Unio. / The International Vegetarian Union.
Union Internationale Végétarienne. / Internat. Vegetarische Union.
Sekretario: Red. Hans Feix, Warnsdorf VI/1810, Ĉeĥoslovakio.
Kasisto: Oluf Egerod, Rödkildevej 40, Brönshöj, Kopenhago, Danujo.

Deksepa Bulteno.

Oficialaj Informoj de la Sekretario, decembro 1929-a.

Karaj samcelantoj!

La jaro 1929-a finiĝas. La jarŝanĝo ĉiam estas kaŭzo por rerigardo kaj pripenso de la farita laboro.

Mi kredas, ke kun bona konscienco ni povas aserti, ke en la pasinta jaro la laboro farita de ĉiuj membroj de nia I. V. U. por nia nobla afero donis al nia Vegetara Movado fortajn antaŭpuŝojn. Speciale mia lando, Ĉeĥoslovakujo, faris per tiu komuna laboro grandan progreson pro tio, ke ni havis la plezuron gastigi la Internacian Kongreson. La grava manifestado de la vegetara movado trovis en larĝaj amasoj de la Ĉeĥoslovaka Respubliko, kaj speciale inter ĝiaj Sudetgermanoj, proksimume 3.5 milionoj, fortan eĥon.

Mi dezirus, ke ĉiujare ni povu aranĝi tian efikan komunan manifestadon en iu lando.

Varbado. La Ĝenerala Sekretariejo skribe sciigis la rezoluciojn de la kongreso al la Ligo de Nacioj, al la plej multaj eŭropaj registaroj, al aliaj parencelaj kongresoj, al pli ol dumil en- kaj eksterlandaj publikaj oficejoj, institutoj, asocioj, redaktejoj, parlamentanoj kaj al aliaj eminentaj personoj, kiuj staras en la publika vivo.

Filmpropagando. Rilate je la filmpropagando mi korespondis kun The Film Exchange, Inc., 729 Seventh Avenue, Novjorko — City, Usono, kiu redaktis propagandan filmon por la vegetarismo sub la nomo „Be yourself and how" (Estu vi mem, kaj kiel). Bedaŭrinde la filmo estas tre multkosta kompare kun niaj financaj kondiĉoj.

Tamen, se troviĝus sufiĉe multe da interesuloj, ni povus fari komunan provon. Antaŭ ol iniciati pluajn intertraktadojn kun la Manfilm, mi petas de vi jenajn informojn:

1. Ĉu vi havus intereson por la prezentado de la filmo?
2. Kiom da prezentadoj devus esti farataj?
3. Kiajn aliajn filmojn taŭgajn por nia propagando vi konas, kaj kiom ili kostus?
4. Kiujn filmkompaniojn vi povus rekomendi por la kreo de Vegetara Propaganda Filmo (kiom alta estus la kosto)?

Centra Komitato por Eŭbiotika Vivado. La du universitataj profesoroj, D-ro Ruzicka, Bratislavo, kaj D-ro Ude, Graz, komisiitaj de la kongreso kun la scienca gvidado havis la 30. 11. 29 denove detalan priparolon kaj elektis diversajn kunlaborontojn (i. a. la subskribanton) en la komitaton. Kiel organo de la Eŭbiotika Movado aperos post januaro 1930-a en Bratislavo internacia gazeto „La Scienca Vivreformo", en kiu Prof. D-ro Ruzicka traktos la fizike-higienajn flankojn kaj Prof. D-ro Ude la spiritetike-religiajn kaj la ekonomie-sociajn. La gazeto aperos germanlingve, dumonate, kaj kostos jare g. M. 6.—, por Aŭstroj 10 ŝil., por la Ĉ. S. R. kĉ. 35.—.

Ni petas, helpi la disvastiĝon de tiu scienca, vegetara gazeto kaj varbi inter viaj anoj abonantojn.

Seventeenth Bulletin.

Official informations from the Hon. Secretary, December 1929.

Dear Friends!

The year 1929 is running off towards its end. The turning of the year has always been an occasion for study and contemplation of our performed activities.

(For the rest of the Hon. Secretary's Circular Letter which, for technical reasons, can appear here only in Esperanto, please apply to himself, and he will be pleased to send you the English text).

Statistiko pri Sanstato. Montriĝas la urĝa bezono, studi kaj statistike konstati la sankondiĉojn inter la vegetaranoj. Certe tiaj indikoj estus tre utilaj por la scienca defendo de la vegetarismo. Ĉiuokaze, tamen, tiaj statistikoj devus esti plenumataj dum almenaŭ kvin aŭ dek jaroj. Tia agado permesus observi la sanstaton de proksimume kvindekmil vegetaranoj dum dek jaroj. La Praga samcelanto D-ro Julius Hanousek faris al ni proponojn por la aranĝo de tia statistiko, kaj en nia sudetgermana organizo ni jam komencis tiun laboron.

La sistemfidela statistika laboro pri la nombro kaj la sorto de malsanoj inter la vegetaranoj de ĉiuj popoloj estus grava ne nur por la vegetara movado, sed povus influi la progreson de la kuracista scienco. Efektive oni ĝenerale jam konas la interligitecon de multaj malsanoj kun la viandmanĝado; sed oni kolektis ĝis nun nur tre malmultajn statistikajn faktojn pri tio, kaj certe nur vegetaranoj povas doni la pruvon, ke rifuzo de viando havas favoran efikon.

Speciale interese estus konstati, kiom, laŭprocente, el la anoj de ĉiuj vegetaranorganizoj de I. V. U. malsaniĝis pro kancero, apendicito aŭ tuberkulozo. Tia statistiko estus grava ankaŭ pri stomaktumoroj, vezikmalsanoj (vezikŝtonetoj) kaj arteriosklerozo. Ĉiuj anoj de via organizo devus ĉiujare liveri al vi detalajn kaj zorge kaj konscience responditajn demandarojn, kiuj estus nacie kolektataj kaj transdonataj al nia ĝenerala sekretariejo.

Tiamaniere D-ro Hanousek esperas ricevi statistikajn detalojn de almenaŭ 50 000 vegetaranoj. Tia statistiko, plenumata dum jaroj kaj ĉiam kompletigata, estus tre grava kaj konvinka. Eble la anglaj kaj usonaj societoj, kiuj okupiĝas pri la esploro de la kanceraj malsanoj kaj disponas fortajn financajn rimedojn, povus esti petataj, finance apogi tiun ĉi agadon. Kompreneble ni rilatos ankaŭ kun la higiena sekcio de la Ligo de Nacioj; ĉar ankaŭ tie ekzistas komisiono por la kanceresplorado.

Por la ellaboro kaj la scienca prilaboro de la demandaroj ni jam havas kuracistojn kiel kunlaborontojn. Bonvolu laŭeble plej baldaŭ diri vian opinion pri ĉi tiu propono kaj sciigi, ĉu vi partoprenus en tiu agado kaj kiom da demandaroj vi bezonus.

The Lady Margaret Hospital. Ĉi tiu malsanulejo en Doddington, Kent, Anglujo, sciigas al ni, ke ĝi estas gvidata laŭ la principoj de pura fruktnutrado kaj naturaj kuracmetodoj. The Fruitarian Society (Societo de Fruktmanĝantoj), Doddington, Kent, eldonis, kontakte kun la registaro, filmon, per kiu estas speciale akcentata la graveco de naturaj kuracmetodoj kaj de natura nutrado. Anoj de la I. V. U., kiuj troviĝas en Anglujo, povos facile ricevi de la estraro de la malsanulejo la permeson por vizito.

Kolekto. El Moskvo ni ricevis la informon, ke proksimume tridek anoj de la antaŭa Moskva Vegetara Societo estas malliberigitaj pro politikaj motivoj. Oni petis, ke ni aranĝu kolekton por tiuj samcelanoj, kiuj vivas tre mizere. Monon oni sendu al nia ĝeneralsekretariejo sub indiko „Helpo por Moskvo".

Jarkotizoj. Ĉiuj organizoj, kiuj estas anoj de la I. V. U., bonvolu sendi je la komenco de ĉiu jaro la jarkotizon (10% de la propraj kotizenspezoj) al la kasisto de la Unio, s-ro Oluf Egerod, Kopenhago Brönshöj, Rödkildevej 40, Danujo.

Diversaĵoj. Samtempe ni petas, ke ĉiuj anoj esploru la adresojn de vegetaraj organizoj en la tuta mondo kaj sendu ilin al ni. Valoraj estus por ni ankaŭ raportoj pri la vegetaraj festoj okazintaj en ĉiuj landoj la duan septembrodimanĉon, kaj ankaŭ raporto pri la utiligo de radio kaj ĉiutaga gazetaro por la vegetara propagando.

Ni petas, ke por la arkivo de la I. V. U. oni daŭre sendu du ekzemplerojn de ĉiu vegetara organo (revuo, bulteno), senpage. Dankon ni ŝuldus por la sendo de kopioj de tiuj fotoj, kiujn amatoroj faris dum nia kongreso.

Ĉar ni havas la intencon, pli intime kontaktiĝi kun la internacia centro de militkontraŭuloj, ni petas informon, laŭ kiu grado via organizo ĝis nun povis apogi la laboron de la internacia militkontraŭularo.

Ĉar estas necese, ke la gvidantoj de nia movado restu en reciproka kontakto, ni sendos al petantoj adresaron, kiun vi bonvolu kompletigi laŭ via scio. Krom tio ni konstatis jenajn adresojn:

Ĉinujo: S-ino Alice Picheng Lee, Montreux, Adr. Thomas Cook & Son.;

Palestino: Samideano N. B. Ĥavkin, Givat Ŝaŭl, Jerusalemo;

Italujo: S-ro M. Apfel, Merano, Plankenstein 1;
S-ro Attilio Romano, Via Luigi Varanini 8, Milano;

Ĉilo: Sociedad Naturista de Chile, Casilla 226, Santiago.

Japanujo donas el ĉiuj landoj al nia movado la plej favorajn cirkonstancojn kaj povus esti nomata modela vegetara lando. Bedaŭrinde ni ne havas iun ajn kontakton kun tieaj samcelantoj. Supozeble tie ne ekzistas specialaj vegetaraj organizoj pro tio, ke granda parto de la loĝantaro jam vivas vegetare. Kiu konas adresojn de japanaj vegetaraj organizoj, bonvolu nin informi.

Kiu konas la adreson de „The Millenium Guild" en Novjorko? Niaj korespondaĵoj revenis nelivereblaj.

Okaze de la nova jaro mi prezentas al ĉiuj samcelantoj miajn korajn bondezirojn. Kun amikaj salutoj

Hans Erwin Feix,
Ĝen. Sekr. de la I. V. U.

Vegetara nutraĵo kiel fundamenta konsistaĵo en la racia organizo de la hejma mastrumo.

(Fino de la parolado de F-ino Eleonora Paulová-Ruzičková;
vidu paĝon 33 de „Vegetarano" XII-3.)

La ĝisnuna kuracista scienco per sia fatala eraro igis malsanojn sia rezulto, kvankam tio devis esti sano, kiun ĝi devus fari sia rezultaĵo. Ĝi daŭras procedi same, kvankam la maŝino, kiu estas la objekto de ĝia esploro, estas ne nur la imageble plej perfekta maŝino, kiu tamen estas pli organismo ol maŝino, maŝino kiu formas kaj modifas sin mem per propra forto laŭ kvalito de materialo alkondukata al ĝi, kaj laŭ maniero de l' vivo. Ĝi funkcias relative senmanke

1. se estas alkondukata la ĝuste konvena materialo, la ĝuste taŭga nutraĵo,
2. se estas garantiata al ĝi la plej ĝusta manipulado — ĝusta vivmaniero kaj loĝado.

La teknikisto kreas maŝinon kaj regas ĝin suverene, sed la kuracisto-homo ne kreis la homan organismon submetatan al eternaj leĝoj, kiujn estas necese zorge kaj kun estimo analizi kaj vere pie sekvi.

Nur eŭbiotiko, la scienca etiko pri ĝusta vivordo, vivo harmonianta kun la naturaj leĝoj, kies elektita celo estas sano, pruvis per detala analizo, ke la homo devas vivi kiel parto de tiu naturo;

1. devas vivi regule en libera aero kaj suna brilo; nur tute escepte, dum malfavora vetero en sia nesto-loĝejo,
2. estas nutronta sin plejparte per nutraĵo vegetara, laŭeble kruda, nepreparita.

Kredo je leĝa fatalismo de la homa sano kaj do je tiu laborkapableco de la organismo, kiu plenigas per feliĉo kaj kontenteco, estas pia pura alvokado de malnovaj leĝoj naturaj; ĝi estas tiu plej alta religio, en kiu kuniĝas ĉiuj grandaj spiritoj de tiu ĉi mondo.

Ĉiu familio senescepte havas sanktan rajton posedi propran malgrandan loĝejon kiel neston kaj rifuĝejon antaŭ malbona ŝanco, kaj same tiom posedi pecon da tero de proksimume 1.500 m² ĝis 2.000 m², kie ĝi povus regule, libere restadi, en libera aero kaj suna brilo, kaj akiri per propra laboro la ĉefan nutraĵon vegetaran.

Ja ne povas esti vera politika demokratio sen tiu ĉi ekonomia, sociala kaj morala demokratio, kaj tiu humaneco estas platona, kiu estas surda por tiu ĉi principa koncepto de la humaneco sur bazo de fiziologia-eŭbiotika aranĝo de la eksteraĵoj de l' homa vivo por sekurigo de normala disvolviĝo de homaj individuoj en rilato korpa kaj spirita de relative ĉiuj anoj de la homsocio.

Mia verko „Racia organizo de la hejma mastrumo", kiun en literatura konkurso 1928 rekompencis la Scienca Konsilantaro de la Akademio de Laboro „Masaryk" per honora rekono kaj per subteno, formas koncizan katehismon de plej gravaj principoj de eŭbiotika mastrumo: ĝi estas nune presata, ĝin eldonas la Ĉeĥoslovaka Eŭbiotika Societo kaj la Internacia Unio por Higiena Mastrumado. La porhigiena gazeto en Bratislavo, organo de la „Internacia Unuiĝo de Higienistoj sur Bazo de Eŭbiotika

Sistemo de la Higieno", de la „Internacia Unio por Higiena Mastrumado" kaj de la „Ĉeĥoslovaka Eŭbiotika Societo" publikigos regulan rubrikon „Eŭbiotika Hejmo" sub mia redaktado.

La praktika signifo de la sistemo de mia laboro estas granda. Posedantoj de ĝardenoj, kiuj aranĝos sin laŭ ĝi, plimultigos siajn enspezojn. Industriaj kaj aliaj entreprenoj, kiuj instalos por siaj laboristoj kaj oficistoj eŭbiotikajn hejmajn mastrumojn, levos la nivelon de ilia sano kaj socia stato, kvankam ne estos necese altigi iliajn salajrojn ktp. . . .

Kiuj estas la vegetaraj nutraĵoj, kiujn prezentas la eŭbiotika mastrumo al la familio?

Brasiko, sabeliko, brasikrapo, salato, rafano, celerio, karoto, petroselo, bulbo, ajlo, kukumoj, tomatoj, sabelikburĝonoj, artiŝokoj, florbrasiko, spinaco, rafanetoj, nigra radiko, kreno, fazeoloj, pizo kaj juna pizo verda, rabarbo poreo, ruĝa beto, lento, majorano, timiano, fenkolo, kumino, anizo, pipro, verda papriko, safrano, aneto, ŝenoprazo, petroselo tranĉebla, kukurboj, melonoj, asparago, dolĉa maizo, printempaj kaj aŭtunaj terpomoj, napo.

Fruktoj de ĉia speco, nome de la fruaj ĝis la malfruaj: fragoj, framboj, rubusberoj, ribo, groso, ĉerizoj, prunoj, piroj, pomoj, cidonio, nuksoj, aveloj; sur sunlumigata muro estas eble kulturi vinberojn, persikojn, abrikotojn.

Por la manĝado de vegetara nutraĵo validas jenaj reguloj;

1. Unualoke ni manĝu ĉion kruda, laŭebla freŝa.
2. Ni kuiradu laŭeble malplej multe kaj laŭeble en propra suko de la kuiraĵo.
3. Kion ni ne povas formanĝi de la fruktaro, tion ni konfitu je marmeladoj ktp. . . .
4. El falfruktoj ni kuiru gelatenojn.
5. Terpomojn, napon, porvintrajn fruktojn kaj legomojn ni konservu en racie kaj laŭcele aranĝitaj keloj.
6. La menuo estu aranĝata laŭ tio, kion donas la eŭbiotika hejmo, kaj laŭ tio, kion estas konsilinde konsumi, por ke tute nenio el la donoj de l' naturo perdiĝu aŭ senvaloriĝu, sed male estu plej konvene uzata.

Tiel aranĝita nutrado, al kiu gvidas nin la sana instinkto mem, estas plejebla faciligo per sia simpleco kaj modesteco. En la racia organizo de la hejmo estas la natura deveno de l' nutraĵo scienca ordono.

Kiel granda estu la legomĝardeno de la eŭbiotika hejmo?

Ĉe profitdona kulturado de legomoj, laŭ la hodiaŭaj spertoj de faka racionaligo mi kalkulas proksimume 400 m² por familio kun kvar infanoj.

La principoj de la faka racionaligo de la kulturado de legomoj, alivorte de la pripensita ekspluato de l' kampo estas jenaj:

1. Areo pura, tio estas sen enplantitaj arboj, destinita do ekskluzive al kulturado de legomoj.
2. Plano, laŭ kiu oni procedas por daŭre akiradi plej multajn profitojn, alivorte, necesas doni ĉe l' semada procedo al la elektitaj kreskaĵoj kiom eble plej avantaĝan lokon en ilia sinsekvo, laŭ iliaj pretendoj, por ke per la specifikaj efikoj, kiujn ĉiu kreskaĵo lasas en la humo, oni helpu al la sekvonta kreskaĵo.
3. Antaŭa rapidigo de l' kresko en varma bedo.
4. Bone ĝermkapablaj semoj, bonaj plantaĵoj.
5. Ĝusta eluzo de la areo dum tuta jaro.
6. Laŭcela sterkado kaj laŭcela perlaboro de la humo.
7. Artefarita akvoprovizado se mankas pluvo.

Inĝ. Karel Wolf, ŝtata inspektoro de legomkulturado kaj estro de la ŝtata eksperimenta kaj demonstrativa legomĝardeno en Bratislavo, kies hejma ĝardeneto ricevis dum la ekspozicio 1925 en Bratislavo la unuan premion — oran medalon — havas propran sistemon de hejma legomĝardeno, kiu bazas sur kvarbeda semprocedo kaj per tio sur laŭplana kaj daŭra aranĝo de l' ĝardeno. La semprocedo komenciĝas per printempaj terpomoj, post kiuj la duan jaron estas plantataj legomoj trunkhavaj (brasikoj ktp.), post kiuj estas semataj venontan jaron radiklegomoj kaj fine la kvaran jaron estas semataj legumenozoj, tiel ke ĉiu el la nomitaj grupoj ripetiĝas sur la sama loko ĉiun kvinan jaron.

La enkonduko de la printempaj terpomoj en la semprocedon ebligas al la ĝardenposedanto ne nur havigi al si fruan rikolton de terpomoj — plantinte ilin sufiĉe frue —, sed samtempe ankaŭ prepari sur la liberiĝinta areo helpe de verda sterkaĵo kaj aldono de bone matura, kulturita humo, utilan kaj oportunan cirkonstancon por kulturi trunkhavan legomon venontan jaron.

Verda sterkado konsistas en la enplugado de kreskaĵa verdaĵo, kiu estis kulturata sur la kampo por pliriĉigi la humon per organa materio (kreanta humon) kaj nitrogeno; ĝi tiel plibonigas ankaŭ la fizikan staton de la tero.

La sistemo de Inĝ. Wolf helpas do la intensan ekspluaton de la tero, ĝian sisteman kaj laŭplanan teknikan perlaboron, same kiel la kulturadon de sana legomo sen parazita malutilaĵaro.

Kiu mem dum jaroj prenis parton je la kulturado de ĝardeno por propraj bezonoj kaj povis tial fari diligentajn studojn ankaŭ ĉe aliaj homoj, trovos interesan rezulton, ke la tero kiel viva organismo bezonas intimecon kaj amon, kaj en tia rilato povas produkti multon, mirige. En familia ĝardeno, kie la kulturado de kreskaĵoj — kiom la homo intervenas en ĝi — procedas preskaŭ individue; ĉiu opa kreskaĵo estas objekto de pia, plejzorga atento, kaj la maturiĝinta frukto estas konsumata kun dankoplena ceremonieco. Per tio ne nur okazas plena profitigo de krea forto de l' naturo, sed la homo, uzanta senpere bongustajn fruktaĵojn — kio kaŭzas al li puran ĝuon — nobliĝas korpe kaj spirite per tiu intima rilato al la naturo.

La vegetarismo en la racia organizo de l' hejma mastrumado, alivorte en la eŭbiotika hejmo, ricevas konkretajn formojn kaj kune kun ĝi fariĝas fina celo de vera kulturo: la kulturo higiena kaj tiu de nobla evoluo.

Ekkonu vin mem ne nur en la homo, sed en ĉiu viva estaĵo; ne mortigu kaj ne kaŭzu suferojn kaj morton. „Ne mortigu!" ne rilatas nur al la homo, sed ankaŭ al ĉio viva. Por ke la vivo ne estu maldolĉa, sed plena je ĝojo, estas necese esti ĉiam bona kontraŭ ĉiuj: kaj homoj kaj bestoj. Tolstoj.

La konsilo, ke ni faru al aliaj tion, kion ni deziras, ke ili faru al ni; ke ni respektu la rajtojn de aliaj tiom konscience, kiom ni deziras, ke niaj rajtoj estu respektataj; tio ne estas simpla konsilo por la perfektiĝo de la individuo, sed estas la Leĝo, al kiu devas konformiĝi sociaj institucioj kaj nacia politiko, se ni deziras havigi al ni la benojn de abundeco kaj paco.

Henry George.